

UNIVERZITA KARLOVA V PRAZE FILOZOFICKÁ FAKULTA

KATEDRA SOCIÁLNÍ PRÁCE

Pavla Radová

Sociálně politické souvislosti potenciálního
volnočasového centra pro seniory

Social political context of potential leisure time centre
for seniors

Obor:

Sociální práce

Akademický rok:

2009/2010

Konzultant rigorózní práce:

Prof. JUDr. Igor Tomeš, Csc.

Datum obhájení:

Výsledek obhajoby:

P R O H L A Š U J I ,

že jsem rigorózní práci vypracovala samostatně a že jsem uvedla všechny použité prameny a literaturu.

V Praze, dne 24. 7. 2009

Podpis: *Redová*

Za podnětné konzultace této práce děkuji
Prof. JUDr. Igoru Tomešovi, CSc. a Mgr. Jitce Styblíkové.

Abstrakt

Tato práce se opírá o poznatky o zahraničních komunitních či seniorských centrech, která nabízejí uživatelům řadu služeb a programů. Práce se zabývá sociálně politickými aspekty volnočasového centra pro seniory s návrhem rozpočtu pro první a následující roky fungování. Text je členěn do šesti kapitol. Prvních pět kapitol se věnuje vymezení a přiblížení cílové skupiny seniorů, sociálnímu prostředí, ve kterém žijí, tématu aktivního stárnutí, dobrovolnictví a obecnému sociálně politickému rámci. Poslední kapitola již navrhuje konkrétní podobu možného volnočasového centra pro seniory, včetně návrhu rozpočtu a nastínění zdrojů financování.

Abstract

The work is based on information about the foreign community or senior centres which offer a number of services and programmes to their clients. The text stresses above social political context of potential leisure time centre for seniors including budget design for the first and others years. The work is divided in six chapters. The first five chapters give definition of target group - seniors, social environment which they live in and topic of active ageing, volunteering and general social political context. The last chapter focuses on the particular form of potential leisure centre for seniors, including budget design and funding.

Obsah

	Úvod	7
1.	Stárnutí a stáří	9
1.1	Definice stárnutí a stáří	9
1.2	Adaptace na stárnutí a stáří	12
1.2.1	Teorie adaptace	16
1.3	Adaptace na situační změny	17
1.3.1	Vstup do důchodu	18
1.3.2	Odchod dětí z orientační rodiny	20
1.3.3	Smrt partnera, vrstevníků a blízkých osob	21
1.3.4	Změna bydlení	22
1.4	Kvalita života ve stáří	24
2.	Sociální prostředí	26
2.1	Senioři a společnost	26
2.2	Sociální kontakty	30
2.2.1	Kontakty s rodinou	30
2.2.2	Kontakty s příslušníky mladších generací	31
2.2.3	Kontakty s vrstevníky	32
2.2.4	Problém osamělosti	32
3.	Aktivní stáří	37
3.1	Aktivita a její význam	37
3.2	Zájmové aktivity	40
3.3	Pracovní aktivity	42
3.4	Podpora aktivního života seniorů	43
3.4.1	Možnosti pro aktivní život seniorů	44
3.4.2	Komunitní centra	45
4.	Dobrovolnictví	51
4.1	Druhy dobrovolnické činnosti	52
4.2	Funkce dobrovolnictví	53
4.3	Dobrovolník a jeho motivy	55
4.3.1	Definice dobrovolníka	55
4.3.2	Motivace k dobrovolnictví	57
5.	Sociálně politické vlivy	60
5.1	Mezinárodní vlivy	60
5.1.1.	Organizace spojených národů a její agentury	61
5.1.2.	Rada Evropy	65
5.1.3	Evropská Unie	66
5.2	Základní dokumenty České republiky	69
5.3	Volnočasové centrum v systému sociálních služeb	70

5.4	Dobrovolnictví	73
5.5	Možnosti financování	76
6.	Volnočasové centrum pro seniory v praxi	79
6.1	Možná podoba volnočasového centra pro seniory	84
6.1.1	Minimální varianta	84
6.1.2	Maximální varianta	87
6.1.3	Možné zdroje	95
	Závěr	98
	Použitá literatura	100

Úvod

V našich podmínkách existuje řada možností, jak mohou příslušníci starších generací naplnit zvýšené množství volného času, které se pojí s nástupem a průběhem penzionování. V důchodovém věku je člověk více než jindy ohrožen osamělostí v důsledku vyvázání se z řady pracovních i společenských vztahů. Obecně se u této věkové skupiny zvyšuje potřeba služeb, které je nutno v mnoha případech zajišťovat druhými osobami a na profesionální bázi. V České republice stále ještě není všeobecným standardem nabízet seniorům všechny služby, jež jsou těmto lidem dostupné v jiných zemích. V západní Evropě a v Severní Americe jsou běžnou výbavou měst tzv. komunitní nebo také seniorská centra. Ta nabízejí programy pro trávení volného času, vzdělávací programy, mohou nabízet služby zacílené na podporu zdraví a prevenci onemocnění, poskytování stravy během dne i dovoz seniorů z domova do komunitního centra a zpět. Zároveň tato centra zpravidla využívají angažovanosti dobrovolníků jako jednoho z využitelných zdrojů. Podle Matouška (2007a) tato centra poskytují různé programy s možností výběru a realizace aktivit samotnými seniory. Zároveň však citovaný autor uvádí, že v naší republice tato centra chybí, přestože jsou právě komunitní centra „službou budoucnosti“ (Matoušek, 2007b, s. 175). Ve většině větších měst fungují kluby důchodců, které poskytují jen velmi omezené možnosti pro trávení volného času. A ani tyto kluby nejsou ve všech velkých městech.

V této rigorózní práci navazuji na svou práci diplomovou. Ta se zabývala způsoby trávení volného času seniorů, snažila se zjistit, zda mají penzisté zájem o nové volnočasové centrum, a jestli ano, jaké varianty pro volný čas by podle jejich přání mělo nabízet. Samozřejmě

podstatnou složkou volnočasového centra, jak bylo popsáno v širším pojetí komunitního centra, je také dobrovolnictví. Senioři byli v rámci výzkumu tázáni, zda by uvažovali o dobrovolnické činnosti v tomto centru.

Práce má dvě části a je strukturovaná do 6 kapitol. První z nich seznamuje čtenáře s problematikou stárnutí a stáří. Tímto se vlastně snaží představit a přiblížit cílovou skupinu. Další kapitola se zaměřuje více na prostředí, ve kterém se tato skupina pohybuje. Jmenuje se „Sociální prostředí“ a zabývá se mimo jiné tématy ageismu a sociálních kontaktů. Třetí kapitola pojednává o aktivním stáří. Je zde zmíněn význam různých druhů aktivit. Následuje kapitola o dobrovolnictví. Vysvětluje důležité pojmy, motivaci i funkce dobrovolnictví. Další kapitola se zabývá sociálně politickými vlivy na danou oblast. A poslední kapitola s názvem „Volnočasové centrum pro seniory v praxi“ se zabývá již konkrétními možnými podobami potencionálního centra i s nastíněním základního rozpočtu.

1. Stárnutí a stáří

Tematika stárnutí a stáří nabývá v dnešní společnosti významu zejména díky obavám z demografického stárnutí a jeho decimujícího vlivu na naši ekonomiku. Téměř v každé gerontologické literatuře se o těchto skutečnostech dočteme. Méně často je však zmiňován potenciál, jež v osobách, které označujeme za staré, dřímá. Ovšem, než dojdeme k této skutečnosti, považuji za nutné vysvětlit pojmy stárnutí a stáří jako nezbytný krok k přiblížení cílové skupiny, na kterou se tato práce zaměřuje. Nechci zde podávat absolutní výčet všech tělesných, duševních i sociálních změn, ke kterým v tomto období dochází. Níže poskytnu pouze vysvětlení pojmů, jako je stárnutí, stáří a adaptace.

1.1 Definice stárnutí a stáří

Jak uvádí např. Trpišovská a Vacínová (2006) či Zavázalová (2001), je potřeba rozlišovat stárnutí od stáří. V prvním případě se jedná o pozvolný proces změn, v druhém o ontogenetickou etapu. Výsledkem stárnutí je různý stupeň stáří (Zavázalová, 2001). Langmeier a Matějček (1959) uvádějí, že stárnutí některých tkání začíná již od samého početí a pokračuje celý další život. Ovšem navzdory tvrzení, že jedna čtvrtina lidského života je naplněna dospíváním a zbylé tři stárnutím (Bromley, 1966), uchýlím se pro účely této práce k definicím stárnutí vztaženým do pozdějších stádií života. Stárnutí, nebo též gerontogeneze, je zpravidla vymezováno jako souhrn nepříznivých změn (Heřmanová, 2004, Langmeier, Krejčířová, 1998, Pacovský, Heřmanová 1981 a další). Vymezení tohoto procesu jednotlivými autory je velmi podobné. Zpravidla zdůrazňují, že jde o proces nezvratný, neopakovatelný a vyznačující se velkými interindi-

viduálními rozdíly. Nabízím zde alespoň některé z mnoha definic.

„Stárnutí je pochod, který obecně vede k úbytku sil, ke zpomalení až uhasnutí životních pochodů. Jeho zakončením je přirozená smrt.“ (Tvaroh, 1971, s. 43). Stárnutí je „proces, kdy nastupují v jednotlivých orgánech na všech úrovních specifické degenerativní, morfologické a funkční změny. Nástup těchto změn nastává v ontogenezi jedince v různou dobu a pokračuje různou rychlostí.“ (Weber, 2000, s. 13). Trpišovská a Vacínová (2006) v tomto směru mluví o „souhrnu ireverzibilních (nezvratných) změn, ke kterým dochází v čase a které vedou ke smrti. Stárnutí postihuje především tělesné funkce člověka, na tělesné změny se ale váží i změny psychické.“ Stuart-Hamilton (1999) mluví o jednotlivých znacích stárnutí. Některé jsou podle něj univerzální pro všechny staré osoby (např. vrásčitá kůže), jiné jsou pouze probabilistické (např. artróza). Nutno také podotknout, že přirozené (tzv. fyziologické) stárnutí je normální součástí života člověka (Pacovský, Heřmanová 1971, Haškovcová, 1990).

Definovat dolní hranici stáří, jako ontogenetické etapy, není jednoduché. Stárnutí je kontinuální proces a jen velmi těžko můžeme říci, ve kterém okamžiku se člověk stává starým. Navíc, jak bylo uvedeno výše, každý člověk stárne jiným tempem. Dva lidé ve stejném věku mohou mít jinou úroveň pohyblivosti, psychických funkcí i sociálních aktivit. Jeden může vypadat o deset let starší než druhý. Jeden může chtít cestovat, druhý bude lpět na své již osvědčené každodennosti. Gerontologové v souvislosti s tím hovoří o tzv. biologickém věku. Ten např. Vágnerová (2000, s. 404) definuje jako takový, „který vyjadřuje aktuální úroveň určitých tělesných i duševních funkcí“. Z uvedeného je patrné, že biologický a

chronologický věk jsou dva odlišné pojmy a že, jak uvádí Alan (1989), chronologický věk je nespolehlivým ukazatelem stáří. Mezi lidmi zkrátka existují značné rozdíly. A ani pokročilejší věkové skupiny nejsou výjimkou. Tyto odlišnosti mezi lidmi jsou dány jednak genetickou výbavou, kterou jedinec zdědil po svých předcích, a jednak také způsobem života, tím, zda ve svém životě jedinec byl vystaven příznivým či nepříznivým vlivům (Hrůza, 1966).

Vraťme se nyní k pokusům o definování hranice stáří. Počátek stáří je nejčastěji určován na základě konvence. Není tedy divu, že hranice stáří uznávaná společnostmi se v různých dobách liší. Jak uvádí Langmeier a Krejčířová (1998) před dvěma sty lety byl za starého považován čtyřicátník a o sto let později člověk padesátiletý. Dnes se za počátek stáří nejčastěji považuje věk 60 - 65 let.¹ Přičemž autoři si velmi dobře uvědomují, že stáří, které si při vyslovení tohoto slova většina lidí představí, se datuje do vyšších věkových kategorií. Řada autorů pokládá hranici pravého stáří na věk 75 let.

Zmiňme na tomto místě jednu z nejznámějších periodizací lidského života, resp. jeho poslední části. Václav Příhoda (1974) dělí stáří neboli senium na tři etapy. První etapu nazývá senescencí a její rozmezí datuje mezi 60 a 75 lety věku. Pro období po dosažení 75 let používá pojem kmetství a od 90 let věku člověka mluví o patriarchu. Zájem gerontologů je směřován zejména do vyšších věkových skupin. Jsou to právě ony, o kterých se mluví nejčastěji v souvislosti se sníženou soběstačností a potřebou sociálních a jiných služeb.

V rámci vymezování pojmů nemohu opomenout slovo senior, které bude v následném textu jedním z často

¹ Například Matoušek (2003b, s. 226) definuje stáří jako „věkové období začínající v současné západní kultuře v 60-65 letech, kdy lidé odcházejí do důchodu.“

užívaných. Slovníkové definice seniora jako osoby starší oproti jiné - mladší je pro účely této práce nevyhovující. Slovo senior se dnes používá v běžné řeči ve zcela jiném významu. Jak uvádí Šelner (2004), tento pojem nahrazuje výrazy jako geront, starý člověk nebo osoba v důchodovém věku. Výraz senior je obecně spojen se stářím a důchodovým věkem. V našich podmínkách se důchodový věk vždy nekryje s uznávanou hranicí stáří. Pro účely své práce využiji označení senior převážně pro osoby v důchodovém věku. Cíl tohoto textu je totiž silně vázán na předpokládanou absenci ekonomické činnosti či alespoň její omezení a ve spojitosti s tím na využití volného času.

1.2 Adaptace na stárnutí a stáří

Adaptace je „obecná vlastnost organismů přizpůsobovat se podmínkám, ve kt. existují.“ (Hartl, 1994, s. 6) nebo také „soc. proces postupného přizpůsobování se člověka soc. podmínkám.“ (Hartl, 1994, s. 6). Jak uvádí řada gerontologů, podstatným úkolem vyššího věku, je přizpůsobit se změnám, které toto období života přináší. Tato kapitola bude věnována adaptaci na samotné stárnutí. V další podkapitole se podíváme na konkrétní změny, se kterými se velká část, možno říci i většina starších lidí potýká. Nutno ještě pro začátek zmínit, že se celková schopnost psychické adaptability ve stáří snižuje. Starší lidé bývají nejistí až úzkostní v neznámém prostředí, v kontaktu s neznámými lidmi i věcmi (Haškovcová, 1990).

V životě člověka nastává řada změn, nelze se jim vyhnout ani je zastavit. S každou takovou změnou se musí člověk vypořádat, musí jí přivyknout. Jak člověk stárne, mění se tělesný vzhled i jeho fungování. To je samozřejmě doprovázeno i postojem samotného člověka k jeho vlastnímu tělu. Podle Vágnerové (2000) je začátek stárnutí většinou

lokalizován do období straší dospělosti (45 - 60 let), kdy se člověk již musí potýkat s otázkou vlastní adaptace na tělesné stárnutí. Autorka tento proces rozděluje do tří fází:

1. Fáze prvních signálů stárnutí - Ty jsou většinou popřeny či bagatelizovány.
2. Fáze smlouvání - V této fázi si člověk většinou už více připouští skutečnost vlastního stárnutí. Nepopírá svůj věk, ale v komparaci s vrstevníky hledá ujištění, že je to s ním ještě relativně dobré.
3. Fáze přijetí reality tělesného úpadku - V této fázi se člověk smiřuje se svými tělesnými proměnami a jejich vlivy na běžný život. (Vágnerová, 2000)

Stárnoucí člověk si může všimnout tělesných změn a projevů více než dosud. Může ulpívat na pozorování svých měnících se psychických i fyzických procesů. Jiné jsou i jeho sociální role. Člověk v této situaci si většinou velmi dobře uvědomuje, že něco ztrácí a že tato změna je nezvratná. Právě tato skutečnost může vést ke snížení sebedůvěry a snaze vyhnout se neznámým situacím. Změny provázející stáří lidé často vnímají jako ohrožení. Zabývání se vlastními problémy, pro jedince dosud neznámými, může mít dopady i v rovině sociální. Stárnutí a stáří přináší řadu změn snad ve všech oblastech života. Není zde prostor pro popisování celého komplexu těchto alternací. Zmiňme jen, že tyto změny spolu samozřejmě souvisejí a kladou značné nároky na adaptaci stárnoucího jedince. A právě správná adaptace na stárnutí je nejčastěji jmenována jako základní podmínka jeho úspěšnosti. Jak je patrné z poznatku heterogenity seniorské populace, ani zde neexistuje jednotná forma přizpůsobení pro všechny příslušníky této skupiny. Podle

Vágnerové (2000) je možno úroveň adaptace na stáří vymezit v osobnostních dimenzích aktivity a pasivity, optimismu a pesimismu a přijetí a popření reality. Jak dokládá britský psycholog Bromley (1966), existují různé strategie adaptace ve stáří. Bromleyovu klasifikaci reakcí na stáří - „Five strategies of adjustment in old age“ uvádí ve svých publikacích řada českých gerontologů. Bromley (1966), jak název napovídá, definuje pět strategií, které lidé používají při přizpůsobování se stáří. Jsou to:

- Strategie konstruktivnosti (constructiveness) je nejlepším způsobem adaptace na stáří. Výsledkem takové adjustace je smíření se se stárnutím a stářím a absence neurotických příznaků. Tito lidé jsou tolerantní, flexibilní a optimističtí. Mají smysl pro humor a snadno navazují vztahy s druhými. Vyznačují se také vysokým sebehodnocením, uvědomují si své úspěchy i neúspěchy, akceptují skutečnosti stáří. Také kladné přijetí druhými lidmi podporuje jejich radost ze života. Je zde patrna kontinuita života. Do této kategorie přizpůsobení spadají lidé, kteří prožili šťastné dětství a i v dospělosti trpěli jen málo emocionálním stresem.
- Strategie závislosti (dependency) je poměrně často volenou variantou. Převažuje zde pasivita a závislost nad aktivitou a soběstačností. Tito lidé vyžadují od druhých materiální i emocionální výhody. Zkrátka čekají, že se o ně okolí postará. Tito lidé nemají příliš velké ambice, jsou rádi, že mohou vstoupit do důchodu. Ve vztazích můžeme pozorovat směsici pasivní tolerance, přizpůsobivosti a nedůvěry v nové vztahy. Neradi vstupují do vztahů, které by mohly narušit jejich pohodlí. Spíše inklinují k trávení volného času v rodinném kruhu.

- Strategie obranného postoje (defensiveness) se objevuje u osob, pro které byla aktivita, ať už v práci nebo jinde, neodlučitelnou součástí života. Tito jedinci by v takových sférách mohli být nazýváni úspěšnými. V dřívějším životě se aktivně zapojovali do sociálních organizací, jsou soběstační, odmítají pomoc druhých jen proto, aby dokázali svou nezávislost. Postoje těchto osob ke stáří jsou pesimistické, obávají se relativní nečinnosti. Nechtějí si připouštět skutečnost, že stárnou, nechtějí vstoupit do důchodu, bojí se závislosti.
- Strategie nepřátelství (hostility) je charakteristická pro osoby, které nenávidí mladé lidi, nevidí nic dobrého na stáří a bojí se smrti. Za jejich neúspěchy v celém životě vidí nepříznivé okolnosti nebo druhé lidi. V kontaktu s nimi jsou agresivní, podezíraví a konfliktní. Jsou svázáni svými zvyky, absentuje flexibilita v postojích i hodnotách, nerealisticky vnímají sami sebe i svět kolem. Snaží se odvrátit stárnutí udržováním aktivit a odmítáním odpočinku. Nechtějí se stát závislými. Často je možné pozorovat u nich úzkost, pesimismus, deprese a pocity selhání. „Mrzutí, závistiví a nepříjemní se odebírají vypít svůj kalich hořkosti do ústraní; rozčilení a rozhněvaní na celý svět a všechny lidi ve své ulitě neštěstí zůstávají.“ (Haškovcová, 1990, s.116)
- Strategie sebenenávisti (self-hate) se týká lidí, kteří jsou kritičtí k sobě samým a pohrdají svým dosavadním životem. Jsou pasivní, lítostiví, nepraktičtí a někdy depresivní. Nevěří ve schopnost ovlivnit svůj život, vidí se jako oběť okolností, nedokáží přijmout odpovědnost. Možná také proto

reprezentanti této strategie často žijí v neuspokojivém partnerském svazku. Mají málo koníčků, často přehánějí svou tělesnou i duševní neschopnost. Nezajímají se o druhé lidi a obecně se cítí osamělí a zbyteční. Svůj život by znovu prožít nechtěli. Se stářím se sice smiřují, ale nejsou schopni k němu zaujmout konstruktivní a alespoň trochu optimistický postoj.

Z výše uvedených strategií vyplývá velmi jasně, jak je správná adaptace na stárnutí důležitá. Právě na způsobu adaptace záleží, jestli poslední ontogenetická etapa jedince bude úspěšná a spokojená, nebo se bude jednat pouze o nepříjemnou nutnost.

1.2.1 Teorie adaptace

Tak jako v ostatních vědních oborech i gerontologie má své teorie. Vzhledem k výše uvedenému není překvapující, že tyto teorie ve svých tvrzeních tak či onak zohledňují význam aktivity a sociálních kontaktů. Teorie, které níže uvádím, se používají často právě při zkoumání problematiky, na kterou se zaměřuje tato práce. Každá však zdůrazňuje jiné strategie a klíčové body procesu adaptace. Jejich stručný přehled podává např. Atchley (1976).

Teorie aktivního stáří (activity theory) říká, že pro správnou adaptaci ve stáří a dosažení pocitu osobní pohody (well-being) je důležité zejména být aktivní a udržovat kontakty s vnějším světem. Ve stáří dochází ke ztrátám blízkých osob. Podle této teorie ti, kteří nahradí pozbyté vztahy jinými, nabytými prostřednictvím volnočasových aktivit, jsou na tom z hlediska své osobní pohody lépe. Nejčastěji uváděnými zastánci této teorie jsou Friedman a Havighurst (50.léta).

Podle teorie postupného uvolňování se z aktivit (disengagement theory) je naopak pro správnou adaptaci důležité vyvážit se z řady činností a zastávaných funkcí. Z jejích zastánců uvedme Cumminga a Henryho (60.léta). Z této teorie pak vychází teorie substituční, která říká, že role a činnosti, které jsou pro stárnoucího člověka zatěžující, by měly být nahrazeny jinými, vhodnějšími rolemi a aktivitami (viz např. Tomeš, 1971).

Teorie kontinuity (continuity theory) vychází z obecně platné skutečnosti, že lidé nemají rádi změny, a proto se co nejvíce snaží pokračovat v dosavadním životě. Snaží si udržet dosud vykonávané aktivity, usilují o to, aby jejich život v důchodu byl co nejvíce podobný tomu před nástupem penzionování. Obecnými tezemi této teorie jsou tvrzení, že lidé, kteří si zachovají dosavadní činnosti a užívají již důvěrně známé strategie při adaptaci na změny, vykazují vyšší míru osobní spokojenosti. Nejznámějším zastáncem této teorie je Atchley (např. Atchley, 1976).

1.3 Adaptace na situační změny

V toku celého lidského života dochází k řadě změn. Některé je možné předem očekávat a připravit se na ně, jiné lze předvídat jen velmi těžko. Některé změny mohou nastat kdykoli v životě, jiné jsou výlučné nebo alespoň typické pro určité věkové skupiny. Některé změny jsou vyvolány psychickými či fyzickými faktory, jiné nabývají významu v kontextu sociálním. Jednou z takových změn je vstup do důchodu neboli penzionování, jehož hranice je dána společenskou konvencí. Dalšími změnami, které výrazně ovlivňují život člověka a ke kterým dochází nejčastěji v pokročilejším věku, jsou odchod dětí ze společné domácnosti, smrt partnera a dalších blízkých osob a změna bydlení, popř. přechod seniora do institut-

cionální péče. V této podkapitole se budu zabývat změnami, které přicházejí nejčastěji v období, kdy se objevují příznaky stárnutí (např. odchod dětí), i změnami typickými pro etapu raného i pravého stáří.

1.3.1 Vstup do důchodu²

Zahájení penzionování je pro člověka důležitou událostí, končí totiž významná etapa jeho života. Na druhou stranu je také potřeba si uvědomit, že život pokračuje dál a přichází etapa další. Tak jako v předchozích letech, i nyní je člověk postaven před jisté úkoly. Jedním z nich je nutnost přizpůsobit se změnám, pro penzionování tak typickým. Přejít do důchodu je obtížný, neboť za touto hranicí jsou lidé obecně považováni za staré. A to i přesto, že opravdu starým se člověk stává zpravidla až mnohem později. Nicméně je skutečností, že s tímto přechodem nastává řada situací, které jsou pro člověka neznámé.

Základní změnou je ukončení ekonomické aktivity (i když dnes je běžné, že důchodce pracuje). Do této doby práce a výhody z ní plynoucí hrály velmi významnou, a možná i nejvýznamnější roli v životě člověka. Byla to právě práce, která mu poskytovala kontakt s různými novinkami i různými lidmi. Jedinec díky ní cítil, že se v určitém směru víc a víc rozvíjí, poznává nové věci a souvislosti. Nyní tomu má být konec a on jako by cítil, že odsunem do důchodu patří do starého železa, že už nemá co nabídnout. Myslím, že nebudu daleko od pravdy, když řeknu, že v tomto směru v naší společnosti stále přetrvává negativní hodnocení důchodcovského věku i samotných důchodců.

²Více zažitý pojem „odchod do důchodu“ nahrazuji záměrně slovním spojením, které pro tyto účely navrhuje Říčan (1989) „vstup do důchodu“, neboť první výraz není podle řady autorů eticky zcela správný.

Významnou změnou, která se váže k počátku penzionování, je změna struktury času. Čerstvý penzista už nemusí chodit do práce a je jen na jeho rozhodnutí, jak se svým časem naloží. Volný čas se může stát prostorem pro zájmové aktivity, vzdělávání nebo třeba péči o vnoučata. Stejně tak se ale volný čas může stát problémem. Jeho nestrukturovanost může na počátku důchodu mnohé lidi zaskočit. Nejsou na tuto chvíli připraveni, neví, co si mají s takovým množstvím času počít. To je důvodem, proč, jak uvádí řada autorů, je potřeba se na penzionování připravit s předstihem.

Další významnou změnou spojenou s nástupem penzionování je ztráta části příjmů.³ V porovnání s předchozími etapami se většina seniorů musí výrazněji uskromnit. Z úst penzistů můžeme často slyšet, že nemají dostatek finančních prostředků na to, aby se mohli zapojovat do pro ně zajímavých a smysluplných volnočasových aktivit. V souladu s tvrzením geriatrů o polymorbiditě a tendencím k chronicitě nemocí ve vyšším věku narůstají u značné části seniorů náklady na potřeby spojené právě s těmito skutečnostmi. Jedná se zejména o léky a zdravotnické pomůcky. I tímto se snižuje množství prostředků, které mohou být použity na kulturní, sportovní a jiné vyžití. Situace důchodců není sice záviděníhodná, ovšem věřím, že většina z nich má zajištěn důstojný život, jehož součástí mohou být i kvalitní volnočasové aktivity. Potvrzuje to i skutečnost, že řada seniorů poctivě odkládá každou korunu, aby ji pak mohli dát svým dětem či vnoučatům. Místo toho, aby naplnili svůj volný čas aktivitami pro ně zajímavými, v případě, že jsou placené, raději se jich vzdají. Sýkorová (2004a, s. 110) tvrdí, že „řečeno s nadsázkou: finanční pomoc

³ Průměrná výše starobního důchodu v ČR v červnu 2008 činila 9 126 Kč (Zdroj: Práce a sociální politika).

blízkým přiřazují k nezbytným výdajům spolu s inkasem ap.“ Naštěstí dnes existuje řada možností, jak trávit volný čas smysluplně a k tomu zcela zdarma. Tuto možnost nabízejí různé zájmové organizace a spolky založené na dobrovolnosti nebo orgány veřejné správy, které financují některé volnočasové aktivity právě pro tuto skupinu občanů.

1.3.2 Odchod dětí z orientační rodiny

Ve vývojovém cyklu rodiny dochází k přechodům v jednotlivých etapách. Fáze „prázdného hnízda“ přichází většinou v době, kdy se objevují i příznaky stárnutí. Jedná se o složité období, neboť jak uvádí Matoušek (2003a), posun z jedné etapy do druhé je náročný. Myslím, že je na tomto místě také dobré zmínit, že etapa rodičovská se prodlužuje (Alan, 1989). Stárnoucí rodič ve fázi opouštění hnízda ztrácí osobu, o kterou pečoval, má více času, a pokud žije v partnerském svazku, je nucen hledat nový způsob jak žít se svým protějškem. V předchozí době se velká část komunikace odvíjela na téma dětí. Nyní se prostor tohoto tématu zužuje a partneři, pokud spolu chtějí žít i nadále, musí najít opět něco, co mají vyjma potomků společného. Fáze opuštěného hnízda se často vyznačuje ohrožením samotného partnerského svazku. Matoušek (2003c) hovoří o dvou příčinách rozpadu manželství, které mohou přijít právě v tomto období. Jde zaprvé o rozdílnost hodnotové orientace u obou manželů, která byla kvůli dětem potlačována a nyní, když zde děti nejsou, se může naplno projevit. A druhou příčinou rozbití manželství se podle citovaného autora může stát představa jednoho z manželů, že má poslední šanci navázat milostný vztah.

Vraťme se ale ke vztahu rodičů s dětmi. V této fázi není kontakt jednotlivých aktérů tak častý, jako v dobách

sdíleného domova. Ovšem to neznamená, že by stárnoucí rodiče přestali o své potomky dbát. Podle Sýkorové (1996) nejčastějším druhem podpory je finanční výpomoc a zejména ženy poskytují své služby v péči o vnoučata. Stárnoucí člověk svou ztracenou rodičovskou roli velmi často plynule nahrazuje rolí prarodičovskou.

1.3.3 Smrt partnera, vrstevníků a blízkých osob

S přibývajícímí léty se myšlenky na smrt stávají aktuálnějšími. Starší lidé jsou většinou nuceni myslet na smrt častěji. Přispívá k tomu skutečnost, že se se smrtí setkávají více než dosud. V tomto období často přichází smrt příbuzných, známých i životního partnera. Senior či seniorka⁴ ztrácí najednou někoho, kdo byl stále blízko, kdo tvořil důležitou část jeho nebo jejího života. Potřeba citově laděného blízkého vztahu je trvalá (Haškovcová, 1990). Jak uvádí Sýkorová (1996), manželství je ve stáří centrálním vztahem. Tento vztah má také podle autorky významný vliv na subjektivní pocit spokojenosti i na modelování ostatních sociálních vztahů. Není tedy překvapující, že smrt partnera je událost emočně silně náročná a vyžaduje značnou kapacitu na adaptaci na nový stav. V tak těžké chvíli začíná narůstat zejména význam sourozeneckých vazeb. Jsou to právě sourozenci, kteří mohou v mnohém zastoupit zemřelého partnera.

Významnou roli ale v procesu vyrovnávání se se ztrátou hraje úroveň sociální podpory obecně. Havránková (2002, s.311) např. uvádí, že pokud se člověk nedokáže od zemřelého odpoutat, „možná [...] potřebuje více podpory a povzbuzení, aby se obrátil ke světu živých, který pro něj buď přestal být přitažlivý, nebo začal být ohrožující.“ Tato slova ukazují na rozsah a závažnost obtížné situace,

⁴Většinou se jedná o ženy. Matoušek (2003c) uvádí, že polovina žen v naší zemi žije sama. A řada gerontologických a demografických publikací dokládá, že muži umírají dříve.

ve které se pozůstalý nachází. Ano, člověk i ve vyšším věku potřebuje podporu a povzbuzení. A možná že situací, ve kterých by této podpory bylo třeba, narůstá. Zároveň však v tomto věku klesá okruh osob, které mohou oporu nabídnout. Děti jsou pryč z domova, a také řady vrstevníků řídnou. A co víc, mnoho starších lidí má problémy s navazováním nových vztahů (Vágnerová, 2000 a další). To s sebou může přinášet pocity osamělosti, ale i strach z další smrti, ze smrti dalších blízkých osob, ze smrti vlastní. Vágnerová (2002) uvádí, že s přibývajícím věkem strachu ze smrti ubývá. Strach v tomto směru pak není strachem ze smrti jako takové, ale spíše z procesu umírání. Může se zdát být zbytečné upozorňovat na potřebu opory v takové chvíli, ale pravdou zůstává, že umírající často zůstávají v této situaci sami (Havránková, 2002).

1.3.4 Změna bydlení

Jak uvádí Vohralíková a Rabušic (2004), česká společnost se vyznačuje nízkou prostorovou mobilitou a stěhování je v životě člověka spíše výjimečné. Lidé se většinou nestěhují ani po ovdovění či odchodu dětí z domácnosti, přestože se bytové prostory stávají nadměrnými (Kuchařová, 2002). Není totiž dostatek menších bytů (Vohralíková, Rabušic, 2004, Kuchařová, 2002). Navíc, pokud člověk po dlouhá léta žil v určité lokalitě, svou roli hraje také snaha o setrvání v důvěrně známém a již osvědčeném prostředí. Přesto však ve sféře bydlení přicházejí změny. V první řadě již po odchodu dětí z hnízda může být byt přeorganizován. Stárnoucí jedinec by na nadcházející období stáří měl myslet s adekvátním předstihem. Byt by měl být upraven tak, aby se předešlo zbytečným úrazům. Jedná se zejména o vhodnou úpravu koupelny, podlah, dostatečné osvětlení, ve vyšším věku mohou být výhodou například různá držadla. Ale ani tyto

přestavby a úpravy obydlí ještě nemusí být zárukou spokojeného bydlení. Objevují se případy, kdy senior zkrátka nemůže zůstat ve svém dosavadním bydlšti (pokud nechce být izolován). Může se například jednat o situace, kdy senior se sníženou schopností chůze žije ve vyšším patře domu bez výtahu. To značně komplikuje možnost postarat se o své základní potřeby (i když v dnešní době je možné objednávat si některé služby přímo do domácnosti), ale také styk s okolím i možnost účastnit se smysluplných aktivit. Nemusím zde ani zdůrazňovat negativní vliv takové situace na psychiku člověka.

Přestože senioři obecně usilují o udržení soukromí a nezávislosti, a tudíž i samostatného bydlení (Vohralíková, Rabušic, 2004), určitá část volí bydlení v domovech pro seniory. Podle Vohralíkové a Rabušice (2004) se jedná o malé procento seniorů, ve kterém převažují vyšší věkové skupiny a osoby rozvedené a ovdovělé. Nová legislativa (Zákon o sociálních službách, 2006) shrnuje dřívější tři formy rezidenčních zařízení (domov-penzion pro důchodce, domov s pečovatelskou službou a domov důchodců) pod jednotný název „domovy pro seniory“. Ovšem, jak uvádí Matoušek (2007a), lze předpokládat, že si tato zařízení po nějakou dobu ponechají svůj dosavadní charakter. Vzhledem k plánovanému rozsahu této práce a jejím prioritám zde není prostor podrobně probírat jednotlivé druhy služeb. Ve vztahu k situačním změnám zmiňme jen, že zvyknout si zejména v domovech pro seniory - dřívějších domovech důchodců je nelehký úkol. Janečková (2005) v souvislosti s tím hovoří o tzv. translokačním syndromu, který se vyznačuje zmateností, neklidem, depresiemi, apatií až odmítáním života. Uvědomíme-li si, že přechodem do takové instituce člověk ztrácí své soukromí, je nucen se dělit o svůj životní prostor s dosud úplně cizí osobou či

osobami, a to vše, řekněme, z estetického hlediska v nemocničním prostředí, nepřekvapí, že adaptační proces je v tomto směru velkým tématem.

1.4 Kvalita života ve stáří

Pojem, se kterým se v gerontologické literatuře často setkáme a je potřeba zmínit jej i zde, je kvalita života. V psychologických přístupech se podle Čornaničové (2004, s. 143) „[...] pod kvalitou života rozumí určitý koncept toho, co člověku přináší pocity pohody a spokojenosti se životem.“ Tento pojem je nejen pro náš obor tolik důležitý z toho důvodu, že středem úsilí v práci se seniory je právě zvyšování kvality života, resp. alespoň udržení její nejvyšší možné úrovně.

Kvalita života je komplexní, skládající se z mnoha dílčích vzájemně se prolínajících souvislostí. Obecně je na prvním místě zdůrazňována nezbytnost jisté úrovně zdravotního stavu jako základního předpokladu. To je logické. Například pokud se člověk může hýbat jen velmi omezeně, patrně pro něj bude ztížena možnost naplňovat řadu důležitých potřeb. Problém kvality života však nemůže být redukován a vnímán pouze v rovině zdravotní. Neméně důležité jsou aspekty psychologické, sociální i ekonomické. Higgs, Hyde, Wiggins a Blane (2003), kteří se ve své práci zaměřili na sociální dimenze kvality života, definovali v této oblasti několik důležitých okruhů. Jednotlivé okruhy domén nazvali kontrola, autonomie, potěšení a seberealizace. Tyto okruhy pak zkoumají to, čeho je člověk schopen, jestli dokáže dělat to, co on sám chce, zda pro to nasvědčují i vnější podmínky. Důležitá v tomto konceptu je také osobní spokojenost s tím, co člověk dělá, subjektivní pocit štěstí, radost z kontaktu s druhými lidmi a pozitivně vnímané možnosti do budoucna. Pokud se tedy budu opírat o model Higgse a kolegů (2003),

uvědomění si multifaktoriality kvality života je základním předpokladem pro práci na jejím vylepšování a nejen dobrý zdravotní stav a vyhovující hmotné podmínky činí život seniora kvalitním. Možno ještě dodat, že pocit vlastní pohody není dán věkem (Šolcová, Kebza, 2005), a tudíž i lidé ve vyšším věku mohou tohoto prožitku dosáhnout. Senioři se cítí být spokojeni, když mají kontrolu nad svým životem, jsou součástí kvalitní sociální sítě (Berg, Hassing, McClearn, Johansson, 2006) a pěstují smysluplné aktivity (Kaye, Butler, Webster, 2003). Kvalita života, jak již bylo uvedeno, je pojem široký. Tato práce je zaměřena pouze na některé z atributů kvality života. V dalších kapitolách a v následném výzkumu se dotknu zejména sociálních kontaktů a významu aktivity ve vyšším věku.

2. Sociální prostředí

Senioři, tak jako my ostatní, nežijí ve vzduchoprázdnu. Všude okolo se pohybují další lidé, kteří svým jednáním spoluurčují příznivost či nepříznivost podmínek pro jejich život. Lidé vstupují do vzájemné interakce, prostřednictvím níž se ovlivňují. Každá společnost má svá pravidla, psaná i nepsaná, která určují, co je žádoucí a co naopak nežádoucí. Stejně tak je tomu i se stárnutím a stářím. V některých společnostech byli staří lidé ctěni, byli považováni za moudré, stáří bylo něčím výjimečným. S rozvojem vědy a narůstajícími možnostmi jak prodloužit lidský život se stáří stalo už ne individuálním, ale společenským jevem. Spolu s tím se také posunulo vnímání stáří jako etapy lidského života, stejně tak jako vnímání seniorů samotných. Následující podkapitolu budu věnovat otázkám týkajícím se vztahu společnosti a seniorů. Další podkapitola se bude zabývat sociálními kontakty seniorů.

2.1 Senioři a společnost

Různí lidé hrají ve společnosti různé role, se kterými je spojena různá úroveň prestiže a uznání. Podle Hagestada a Uhlenberga (2005) je věk základem sociální organizace a sociální integrace. A jak uvádí Nelson (2005), automatická kategorizace lidí na základě věku je jedním z nejčastějších výstupů sociální percepce. Každý člověk, potká-li druhého, si v první řadě všimá rasy, pohlaví a věku.

Podle řady autorů senioři nemají ve společnosti příliš dobré postavení. Například Vágnerová (2000) tvrdí, že staří lidé mají nízký sociální status, jsou jim přisuzovány nízké kompetence a převážně negativní osobnostní vlastnosti. Staří lidé jsou chápáni jako skupina, která toho hodně vyžaduje, ale nic nepřináší. Ještě dál jde Šmausová (2004), když tvrdí, že důchodci

třetího věku nemají žádný status. S tím také koresponduje tvrzení, že „být důchodcem znamená mít roli nemít roli.“ (Haškovcová, 1990, s. 47). Současná společnost si zachovává ke stáří a k lidem v pokročilejším věku opravdu spíše negativní postoj. Lidé si pod pojmem stáří představují období chátrání, ztráty kompetencí i možností být jakkoli prospěšný. Starého člověka, jak dokládá Haškovcová (1990), anticipujeme jako sehnutého, pomalého, zapomínajícího, smyslově postiženého, dementního a inkontinentního. Hodnotový systém dnešní společnosti vyzdvihuje mládí, mladistvý vzhled a výkonnost. Sdělovací prostředky nás den co den utvrzují, že nejvyšším ideálem je člověk mladý, krásný a bohatý. Není tedy divu, že lidé mohou považovat osoby s pomačkanou kůží a pomalejším pohybem za podřadné. Z tohoto hodnotového systému vychází ageismus. Ten je definován nejčastěji jako vytěsňování seniorů mimo společnost, předsudky, které přeceňují nemocnost a pokles funkční zdatnosti ve stáří, generalizují fenomén demence na většinu seniorské populace a podceňují léčitelnost zdravotních obtíží ve stáří. V konzistenci s tímto tvrzením Nelson (2005) nabízí zajímavý pohled na problematiku stereotypizace seniorů. Uvádí, že někteří výzkumníci došli k závěru, že ageismus je spíše healthismem (stereotypy vztažené nikoli ke stáří, nýbrž k chabému fyzickému zdraví). Vraťme se ale k tradičnějšímu vnímání ageismu. Je pravda, že si lidé spíše všimnou selhání starého člověka. Mladí se mohou dopouštět chyb a být pomalí, aniž by byli nařčeni z nemohoucnosti či senility. Ageismus si nevšímá individuality a jedinečnosti každého člověka, všichni staří jsou skrze jeho optiku nahlíženi jako méněcenní. Stereotypy mají kořeny ve zjednodušeném hodnocení a dichotomickém myšlení. Ageismus se projevuje často v upřednostňování mládí (Tošnerová, 2002). Palmore (In

Tošnerová, 2002) definoval deset hlavních oblastí předsudků:

- Nemoc - představa, že většina lidí ve vyšším věku tráví velkou část svého života na lůžku, neboť jsou nemocní a unavení, jsou umístěni v různých institucích, potřebují dlouhodobou péči a nemohou se vzhledem k zdravotnímu stavu účastnit běžných aktivit.
- Impotence - představa, že ve vyšším věku neexistuje pohlavní aktivita.
- Ošklivost - v západní kultuře je krása těsně spojována s mládím.
- Pokles duševních schopností - představa, že všech těchto schopností ve vyšším věku ubývá.
- Duševní choroba - představa, že duševní choroba je ve stáří běžná, a dokonce i nevyhnutelná a neléčitelná.
- Zbytečnost - představa, že většina starých lidí je tělesně a duševně nemocná, a tudíž neschopna výkonu jakékoli pracovní činnosti, a ti, kteří přece jen pracovat mohou, jsou stejně neproduktivní.
- Izolace - představa, že většina starých lidí žije sama a nemá žádné sociální kontakty.
- Chudoba a bohatství - představy o tom, že většina starých lidí je bohatá nebo naopak chudá - oboje s negativní konotací.
- Deprese - předpoklad, že staří lidé jsou nemocní, bezmocní a osamělí, vede k představě deprese.
- Politická moc - představa, že staří lidé tvoří sobeckou politickou sílu, která brání prosazení potřebných reforem. (Tošnerová, 2002)

Haškovcová (1990) hovoří o mýtech o stáří. Řadu z nich by bylo možné zařadit do již jmenovaných kategorií.

Zmiňme zde tedy alespoň dva z nich, které zdůrazňují generalizaci a rámuji tak všechny ostatní mýty a předsudky. Mýtus zjednodušené demografie nám říká, že dnem odchodu do důchodu se člověk stává starým. Všichni důchodci jsou staří a stejní. Mýtus homogenity vyjadřuje mínění, že staří lidé vypadají stejně, žijí stejně a mají stejné potřeby. Při kontaktu s lidmi seniory vnímáme a posuzujeme skrze tyto mýty a předsudky. Výstižný je zde výrok Sýkorové (2007, s. 49): „Obraz stáří a starších lidí je však spíše výsledkem sociálního konstruování nereality [...]“

Zřejmě by bylo možné předpokládat, že těmito domněnkami disponují zejména mladší generace. Ovšem Donlon, Ashman a Levy (2005) upozorňují, že vůči ageistickým stereotypům nejsou rezistentní ani lidé ve vyšším věku. Velký počet starších osob sleduje po nezanedbatelný čas televizní vysílání. Masové sdělovací prostředky nás bombardují ageistickými stereotypy a pro většinu z nás, bez ohledu na věk, je takřka nemožné ubránit se tomuto všudypřítomnému vlivu. Starší lidé bezděčně přijímají negativní obraz stárnutí a stáří, ztotožňují se s rolí nemohoucího a neužitečného důchodce, namísto toho, aby se svou aktivitou zasadili o bourání stereotypů, které jim mnohdy znepříjemňují život. Donlon a jeho kolegové (2005) proto navrhuji nabádat seniory ke kritickému myšlení o ageistických obsazích televizních pořadů. Důležitou složkou v boji proti ageismu je podle nich také zvyšování kvality života. Pokud totiž staří lidé budou prožívat plný a bohatý život, sami tím přispějí k eliminaci přesvědčení, že jsou zcela odlišní od zbývajících populace. V případě, že se senioři budou prezentovat jako stejně aktivní a životaplní, prostor pro jejich negativní vnímání se tak zúží. Podpora kvality

života je tedy bezpochyby důležitou součástí v boji za zlepšení klimatu mezi mladšími a staršími lidmi.

2.2 Sociální kontakty

Jak uvádí Iso-Ahola a Park (1996, s.170) „potřeba společnosti a přátelství je jednou z fundamentálních lidských potřeb, která vede lidi k participaci na sdílených aktivitách.“ V kontextu této práce, zaměřené zejména na volnočasové aktivity seniorů, výše uvedené souvětí vymezuje hlavní důvod, proč je na tomto místě potřeba zabývat se sociálními kontakty. Vyhledávání přítomnosti druhých osob a interakce s nimi je jedním z prvotních důvodů, proč se lidé účastní volnočasových aktivit (Auld, Case, 1997, Coleman, Iso-Ahola, 1993, Řadová, 2007 a další). Starší lidé, tak jako my ostatní, potřebují být v kontaktu druhými. Je tomu tak proto, že blízké sociální okolí seniora má nepřehlédnutelný vliv na kvalitu jeho života (Matýsková, 2004, Vohralíková, Rabušic, 2004). V rámci sociálních kontaktů zpravidla dochází k výměně informací, emocionální podpory a uznání (Auld, Case, 1997). Různí autoři také hovoří o pozitivním vlivu na sebeúctu jedince, na redukci stresu a příznivé působení na duševní i tělesné zdraví a celkovou životní spokojenost (Iso-Ahola, Park, 1996). Člověk potřebuje různorodé sociální kontakty, přičemž každá věková skupina nabízí ve vztahu k seniorům jiné výhody.

2.2.1 Kontakty s rodinou

Snad v každé gerontologické literatuře narazíme na téma vztahu seniorů s rodinnými příslušníky. Je to patrně proto, že člověk je během celé životní dráhy zasazen do kontextu rodinného kruhu. Je tedy jasné, že na tomto místě není prostor pro vyčerpávající popis těchto vazeb a jejich aspektů. Zmíním zde tedy alespoň několik

stěžejních bodů, důležitých pro tuto práci v souvislosti se sociálními kontakty.

Vztah k rodinným příslušníkům je, jak jsem již zmínila, považován za jeden z nejdůležitějších. Od blízkých příbuzných je očekávána pomoc a podpora v první instanci. Podle Sýkorové (2004b) v souvislosti se ztrátou některých sociálních rolí a vyskytujícími se involučními procesy, je posilován význam vztahu seniorů a jejich dospělých dětí. Potomci poskytují svým rodičům nejen příležitost k obyčejnému popovídání si, ale také pomoc při řešení problémů a další výhody. V autorčině výzkumu se ukázalo, že senioři mají tendence nezatěžovat své děti se svými problémy a spíše se s nimi obracejí na své životní partnery. Až po jejich ztrátě se začínají se svými problémy více zaměřovat k dětem (Sýkorová, 2004b). Z výše uvedeného je patrné, že blízcí příbuzní tvoří centrální společenství, kde senior hledá potřebnou pomoc a podporu. Nutno vedle potomků v přímé linii a partnerů zmínit také sourozence. V postavení sourozenců se protíná role příbuzenská s rolí vrstevnickou. Poskytují tak citový vztah (Sýkorová 2007), podporu i společnost při trávení volného času (Wenger, 1997).

2.2.2 Kontakty s příslušníky mladších generací

Člověk potřebuje ve svém životě navazovat různorodé sociální kontakty. Mnoho radosti a pocitu užitečnosti zpravidla skýtá kontakt s vnoučaty, ale i s jinými mladšími lidmi, který může být obohacením pro obě zúčastněné strany. Řada seniorů si samozřejmě ráda pohovoří i s příslušníky jiných věkových skupin. Ovšem, jak ve svých výzkumech zjistila Tošnerová (2002), jednotlivé věkové skupiny spolu málo komunikují, jsou segregovány a inklinují k zdůrazňování odlišností spíše než kvalit, jež je spojují. Mladí lidé se setkávání se

seniory obávají, neví mnoho o jejich životě, a proto nabývají dojmu, že svět mladých je zcela odlišný od světa těch v pokročilejším věku (Tošnerová, 2002).

2.2.3 Kontakty s vrstevníky

Lidé, narození v přibližně stejné době, zažili totožné historické události, mohou mít velmi podobné vzpomínky a uznávat obdobné hodnoty. „Mechanismus podobnosti usnadňuje sociální kontakt a posiluje pocit akceptace.“ (Vágnerová, 2000, s.460). Vztahy s vrstevníky, včetně sourozenců jsou pro seniory bezpochyby významné, neboť v konverzaci na různá témata mohou být vyhovujícími partnery pouze příslušníci vrstevnické skupiny. Podle Bliesznerové a Adamsové (1998) je v přátelském vztahu přítomna podobnost mezi zúčastněnými. Pro přátelství je typická homogenita v sociálních charakteristikách jako je pohlaví, věk, sociální třída nebo rodinný stav. V průběhu stárnutí a stáří však často dochází k zpřetrhání těchto sociálních vazeb, a to z různých důvodů. Na potřebu sociálních kontaktů s příslušníky vlastní věkové skupiny pak reagují různé volnočasové organizace. Zejména v těch, které jsou určeny primárně osobám v pokročilém věku, spatřuji v tomto směru zvláštní výhody, neboť právě věková blízkost je jedním z příznivých faktorů pro navazování a udržení přátelství (Neugarten, Hagestad, 1976).

2.2.4 Problém osamělosti

Slovník spisovné češtiny pro školu a veřejnost (2000, s.251) definuje slovo osamělý jako „opuštěný, osamocený [...] jsoucí bez lidí, prázdný, pustý“ a Pichaud s Thareauovou (1998, s.77) dodávají, že „samota je především pocit“. Obecně je přijímán názor, že lidé jsou ve stáří více ohroženi osamělostí. Jak uvádí Wenger

(1997), Tunstall (1966) a další, ve stáří opravdu dochází ke zvýšení rizika osamělosti a sociální izolace, přičemž ty jsou často spojovány s depresí. Za pravdu tomuto tvrzení do jisté míry dávají také Tiikkainen a Heikkinen (2005), kteří uvádějí, že osamělí lidé často bývají depresivní, ale zároveň depresivní lidé ne vždy bývají osamělí. Z uvedeného je patrné, že osamělost se nerovná depresi, přestože mezi nimi může být souvislost. Kuchařová (2002), která zkoumala soubor 200 osob, došla k závěru, že vnější faktory, jako jsou příbuzní, charakter bydliště a možnost sociálních kontaktů v lokalitě, naznačují nízkou míru výskytu osamělosti. Ta se pak týká převážně části nejstarších seniorů. Pokud se však přikloníme ke konceptu osamělosti jako subjektivní zkušenosti, je podle výzkumu tento jev poměrně častý. Podle autorky je tomu tak proto, že skutečné vztahy nemusí být v souladu s existujícími podmínkami a zároveň pocity osamělosti ne vždy mají trvalý charakter. Přesto však mohou mít významné psychologické dopady (Kuchařová, 2002). Zajímavé zjištění v tomto směru přináší také Tunstall (1966), v jehož výzkumu bylo zjištěno, že se starší lidé cítí osamělými zejména v pozdních odpoledních hodinách a v noci.

Nejen obecné povědomí, ale také odborná literatura považuje sociální kontakty za nezbytnou součást lidského života. Také potřeba přátelství se prolíná celým životním spektrem. Zdá se, že starší lidé těží ze společnosti druhých osob. Sociální kontakty během všedního dne zvyšují spokojenost těchto lidí (Lang, Baltes, 1997). Obzvláště v souvislosti se vstupem do důchodu se hovoří o úbytku sociálních kontaktů. Čerstvý penzista často pozbývá kontaktů nabytých v pracovním procesu, mění se jeho celkový životní rytmus a program a spolu s tím také okruh osob, se kterými se ve své každodennosti setkává.

Navíc ve vyšším věku se člověk častěji potýká se ztrátou životního partnera a vrstevníků, jak již bylo uvedeno. A přičteme-li k tomu sníženou schopnost navazovat nové vztahy, již řada autorů zmiňuje, je patrné, že podpora navazování nových vztahů může být pro mnoho seniorů více než vhodná.

Jistě že je nesmyslné považovat samotu ve stáří za univerzální jev tak, jak se tomu děje u laické veřejnosti. Neboť se zde snažím pohybovat mimo kontext ageistických představ, považují za důležité zdůraznit, že stáří není synonymem samoty. Například Sýkorová (2007) ve svém výzkumu došla k závěru, že z hlediska sociální integrace je seniory možné rozčlenit do tří skupin. První skupina je angažována ve velkých sociálních sítích neformálního charakteru. Druhou skupinu vymezuje dobrovolnou samotu a introverzí a třetí skupina se potýká se samotou nedobrovolnou. Podle respondentů Tunstallova výzkumu je možné se osamělosti bránit. Vhodnými strategiemi se pro dotazované seniory zdály být vycházky ven, procházení se, nakupování, návštěvy známých a jiné oblíbené činnosti (Tunstall, 1966). Já k těmto alternativám přidávám možnost zapojit se do činnosti různých volnočasových organizací. Zejména pro poslední, ale také pro první uvedenou skupinu, jež vymezila Sýkorová (2007), mohou vytvářet vhodný prostor pro realizaci sociálních kontaktů.

Každý člověk se liší co do šíře i kvality vlastní sociální sítě. Tento podpůrný činitel většinou obsahuje vztahy a kontakty různého charakteru. Někteří autoři (např. Srnec, 1982) uvádějí, že starším osobám vyhovuje omezený počet důvěrných přátel více než široký okruh známých. Důraz je kladen na emocionální význam kontaktu (Lang, Baltes, 1997). Zde už jsme u otázky kvality a kvantity vztahů, jejich hloubky a trvalosti. Je třeba

rozlišovat běžný sociální kontakt od kontaktu přátelského. Pro tyto účely jsem vybrala přehledné a jednoduché rozlišení, jak jej uvádějí Allen, Tobias a Haslam-Hopwood (2005). Prostým sociálním kontaktem rozumí autoři situace, kdy dojde například k setkání osob, které si spolu vymění několik slov a posléze se opět rozejdou. Ve chvíli tohoto setkání, tedy v okamžiku sociálního kontaktu, je vytvořen prostor pro to, co autoři nazývají přátelstvím. Podle jejich vymezení je pro vznik přátelství rozhodující dobrovolné častější setkávání osob (Allen, Tobias, Haslam-Hopwood, 2005).

Vraťme se nyní k problému osamělosti a sociálním kontaktům jako takovým. Ve vyšším věku na osamělost může působit řada faktorů. Vedle ztráty blízkých osob jde například o často zmiňovanou zhoršenou úroveň zdravotního stavu, která člověku nedovoluje navštěvovat společenská místa (Tunstall, 1966), popř. je činí závislými na doprovodu. Také okolnostmi vynucené stěhování se stává překážkou kontaktu se starými, osvědčenými známými. V těchto situacích nalézá své uplatnění listovní korespondence, telefon a u stále ještě malé části starších osob také internetová komunikace. Úbytek v rozsahu přirozené sociální sítě, může být alespoň částečně kompenzován skrze volnočasové organizace. Ty nabízejí bezpečné prostředí pro sociální kontakty. Navázání více či méně kvalitního vztahu pak závisí na jednotlivých aktérech. Pichaud a Thareauová (1998) zdůrazňují převis relevance kvality nad kvantitou sociálních kontaktů a Sýkorová (2007) označuje možnost seniora vybrat si z vhodných kandidátů, kteří mu správný kontakt mohou nabídnout, za pozitivní znak osobní autonomie. Z výše uvedeného jednoznačně vyplývá, že starší člověk, ač mu může být pomoheno v navázání kontaktu, ať už ve smyslu časové a prostorové koordinace

nebo přímou podporou, se nestává pouhým objektem tohoto procesu. I on musí být aktivně účasten. Pokud chce vytvořit nové sociální vztahy, volnočasové organizace jsou, myslím, přijatelnou možností, kde začít.

3. Aktivní stáří

Světová Zdravotnická Organizace (WHO) definuje aktivní stárnutí jako „proces optimalizace příležitostí pro zdraví, participaci a bezpečí starších osob, aby byla podpořena kvalita života lidí v průběhu stárnutí.“ (www.who.int). Pod pojmem aktivní stárnutí se míní možnost starších lidí realizovat svůj potenciál a pokračovat v participaci na sociálních, kulturních, duchovních i občanských záležitostech podle vlastních potřeb a možností. V souvislosti s touto prací je možno zmínit podporu účasti v komunitním životě. Jak je patrné, koncept aktivního stárnutí vychází z lidských práv (www.who.int). Aktivní stárnutí je tedy Světovou Zdravotnickou organizací definováno komplexně, definice se dotýká mnoha aspektů života ve vyšším věku. Pro účely této práce se však nadále budu zabývat aktivitou v užším slova smyslu.

3.1 Aktivita a její význam

Jak bylo uvedeno v předchozích kapitolách, v období stáří hraje aktivita nezastupitelnou roli. Odchodem z pracovního procesu člověk získává velké množství volného času a je jen na něm samotném, zda jej pojme jako prostor a příležitost zabývat se něčím zajímavým, nebo se pro něj čas stane přítěží. Člověk je přirozeně činný a činnost je považována za jedno z kritérií zdravé lidské osobnosti. Opak je považován za nežádoucí, neboť nečinnost může být projevem chorobného stavu. „Činnost je významným geriatrikem.“ (Pacovský, 1997, s.102). Podle Zicha (1978) je subjektivní pocit smysluplného využití volného času důležitým faktorem spokojeného života. Tím, že člověk vstupuje do důchodu, přichází velká změna v proporcích volného a zaplněného času. Čerstvý penzista je postaven před otázku, co si s takovým množstvím času

počít a dříve nebo později je nucen dát svým dnům strukturu.

V tomto smyslu se hovoří o přípravě na důchod. Člověk by ještě před vstupem do penze měl mít představu, jak jeho život bude vypadat dál. Lidé mohou pokračovat v aktivitách, ve kterých začali již v předchozích etapách svého života, nebo se mohou zapojovat do činností jiných, pro ně nových. Neboť jen aktivní stáří může být spokojeným stářím. V životě seniora hraje důležitou roli aktivita sociální, duševní i fyzická. Důležité je zaplnit volný čas něčím, co je pro daného člověka zajímavé, snad i zábavné a v čem vidí smysl. Obecně je doporučováno najít si vhodný program již před vstupem do důchodu a v tomto programu dále pokračovat a popřípadě jej rozšiřovat. Pacovský s Heřmanovou (1981) hovoří v souvislosti s tím o „důchodové nemoci“ a „důchodovém syndromu“. Tyto pojmy vztahují k situaci, kdy senior není schopen přizpůsobení se novému stavu. Podle autorů se jedná v první řadě o osoby fixované pouze na svou profesi, jež po vstupu do důchodu pozbývají nejen motivaci k dalšímu aktivnímu životu, ale také řadu sociálních vztahů na pracovní proces vázaných (Pacovský, Heřmanová, 1981).

Vraťme se nyní k samotnému významu aktivity ve stáří. Nejobecněji je aktivita přímo spojována například s osobní spokojeností (Lampinen, Heikkinen, Kauppinen, Heikkinen, 2006, Warr, Butcher, Robertson, 2004 a další), rezistencí vůči stresu (Coleman, 1993) a oddálením předčasného stárnutí (Zavázalová, Zikmundová, Zaremba, Jurašková, Holmerová, 2007). Pacovský a Heřmanová (1981) dodávají, že nejen že ztráta programu urychluje proces stárnutí, ale výjimečně může také vést ke „smrti z penzionování“. Je také obecně známo, že procvičování má příznivý vliv na zachování rozmanitých funkcí.

V souvislosti s cílovou skupinou gerontů se běžně setkáváme například s trénováním paměti. Cvičení se ovšem odráží nejen na kvalitě duševních funkcí. Velký význam má také cvičení tělesné, a to v širokém slova smyslu – zahrnující například procházky nebo běžné úkony v domácnosti. Tělo i mysl zkrátka fungují dobře za předpokladu, že jsou na ně kladeny určité požadavky, díky nimž se procvičují fyzické i psychické schopnosti. K pozitivním vlivům aktivizace si dovoluji přidat eliminaci prostoru pro chmurné myšlenky. Jednoduše řečeno, pokud je člověk zaneprázdněn nějakou aktivitou, nezbyvá mu mnoho času utápět se v negativních myšlenkách. Haškovcová (1990) si všímá tohoto jevu ve vztahu ke studiu, jako jedné z forem smysluplného trávení penzistova času. Podle ní si staří lidé, kteří studují, méně všímají existujících problémů stáří, lépe je překonávají a bývají méně nemocní (Haškovcová, 1990).

Také ve vztahu k tělesnému zdraví je kladný vliv udržování aktivit zřejmý. Tak, jak tělesné cvičení a pohyb pomáhají k udržení kondice a zdraví u mladých osob, stejným způsobem pomáhá pohyb i lidem starším. Výhody tělesné aktivity jsou jmenovány v nesčetném množství geriatrické literatury. Například Rheinwaldová (1999) uvádí, že cvičení kladně působí na udržení kondice, pomáhá k odstranění mnoha poruch, zlepšuje kardiovaskulární systém, nervový systém, krevní oběh, dýchání, hormonální vyváženost, pohyblivost, zažívání, nervovou a svalovou koordinaci, zabraňuje ztrátě kalcia z kostí, a preventivně tak působí na vznik osteoporózy. Podle Říčana (1989) již několikadenní upoutání na lůžko způsobuje křehkost kostí, svalovou atrofii a následně někdy také úzkost a smutek. Rheinwaldová (1999) poukazuje na to, že pravou příčinou mnoha poruch je fyzická nečinnost, resp. činnost jen velmi omezená. Až v 60% se

na zdravotním stavu podílí způsob jedincova života (Zavázalová, Zikmundová, Zaremba, Jurašková, Holmerová, 2007). Ovšem za příčinu mnohých tělesných obtíží ve vyšším věku je často považováno stáří samotné.

Podíváme-li se na činnosti z jiného úhlu, můžeme říci, že významnou roli pro život seniora hrají nejen aktivity čistě volnočasové, podnikané za účelem příjemného využití volných chvil, ale také aktivity pracovní, produktivní. V následujících podkapitolách se dotknu obou těchto variant.

3.2 Zájmové aktivity

V období penzionování se člověk může věnovat tomu, o co má právě zájem a na co mu dříve nezbýval čas. Některé výzkumy ukazují, že tendence vyhledávat nové volnočasové aktivity s postupujícím věkem klesají. Ve stáří lidé inklinují spíše ke stabilitě a udržování již známých a osvědčených činností. Co se týče novot v zájmových aktivitách, starší lidé se spíše zapojují do různě pozměněných typů již známých činností, než by vyhledávali úplně nový typ možnosti jak trávit volný čas (Iso-Ahola, Jackson, 1994).

Mnohé aktivity může člověk vykonávat o samotě, jiné by v ústraní byly vcelku nudné a neplnily by svůj účel, neboť jak uvádím výše, častou motivací účasti na různých aktivitách je snaha přijít do kontaktu s druhými lidmi. Pokud člověk nemá někoho, s nímž by takovou aktivitu provozoval, může najít spojence v některé z organizací, které se zaměřují na trávení volného času a poskytují pro různé činnosti vhodné podmínky.

Každý člověk je jiný, a tudíž preferuje jiné činnosti. Než se podíváme na vyplnění volného času jednotlivými aktivitami, ráda bych uvedla některá specifika vztažená k aktivitám seniorů. Podle Janečkové, Kalvacha a

Holmerové (2004) je potřeba při přípravě a podpoře činností seniorů zohledňovat následující charakteristiky:

- Konkrétní životní zkušenost seniora ovlivňuje jeho zájem o určité aktivity.
- Činnost musí být uzpůsobena individuálnímu tempu jedince.
- Seniorská populace je heterogenní ve schopnosti střídát činnosti.
- Způsob provádění činností je ovlivňován zvyky a stereotypy. Je potřeba trénovat pružnost, ale zároveň respektovat potřebu jistoty.
- Senior musí v činnosti spatřovat smysl - např. udělat někomu radost či vytvořit pěkné prostředí.
- Hodnocení průběhu i výsledků činnosti závisí na představě seniora o sobě samém, z požadavků, které na sebe klade. Toto je nutno respektovat.
- Činnost má být přizpůsobena schopnostem jedince, nesmí vést k neúspěchu a potvrzování pocitu vlastní nemohoucnosti. Naopak skrze aktivity má být dosaženo prožitku úspěchu.
- Jedinec dokáže sám posoudit výsledky své práce.

(Janečková, Kalvach, Holmerová, 2004)

Z těchto bodů vyplývá, že jednotliví senioři se od sebe v mnohém odlišují a vždy je potřeba respektovat jejich individualitu a osobní historii. Některý důchodce může dávat přednost fyzické aktivitě a sportu, jiný se ve svém volném čase bude raději věnovat dobrovolnictví nebo četbě knih. Kuchařová (2002) ve svém výzkumu zjistila, že v souboru 200 seniorů, byla nejčastější aktivitou všedního dne četba novin a časopisů spolu se sledováním televize. Dosti časté se ukázaly být také různé koníčky a záliby, četba knih, sportovní činnosti i běžné setkávání se s příbuznými a známými. Účast na aktivitách zájmových

organizací skončila po vzdělávání a studiu na posledním místě. Domnívám se, že tak malá poptávka po těchto organizacích je způsobena tím, že mnoho osob ve vyšším věku pokračuje ve svých předešlých zálibách a nevidí důvod způsob této činnosti měnit. Další příčina možná souvisí s poznatky uvedenými v předchozí kapitole – řada seniorů má stále své přátele, se kterými se setkává, a věnují se spolu činností, které plně nahrazují ty v zájmových organizacích. Tito jedinci necítí potřebu zapojovat se do dění v nějakých klubech či spolcích. Jejich zdravotní stav a sociální síť jim umožňují účastnit se mnoha aktivit mimo tyto organizace. Na druhou stranu ale také existují lidé, pro které jsou tyto organizace vydatným zdrojem společenských kontaktů, nových informací i zábavy. Zavázalová (2001) přímo doporučuje, aby se lidé v důchodu zapojovali do zájmových činností. Ovšem centra nabízející škálu různorodých programů, nazývaná komunitní, u nás stále ještě chybí (Matoušek, 2007a). Tato skutečnost může být spatřována jako další důvod, proč se lidé málo účastní aktivit organizovaně. Nabídka činností je dosti omezena a ne každý si v ní může vybrat podle svých potřeb a přání.

3.3 Pracovní aktivity

Ve vyšším věku se mnoho osob nevzdává své pracovní činnosti, popřípadě ji nahrazují za jinou, pro ně vhodnější či časově omezenější (např. částečný úvazek). Může se jednat o placenou práci nebo činnost vykonávanou ve prospěch druhých bez nároků na finanční ohodnocení. Pomineme-li tyto činnosti, najdeme mnoho dalších produktivních aktivit, jež jsou běžnou součástí života mnoha seniorů. Časté jsou samozřejmě činnosti, jako je například vaření, nakupování nebo úklid v domácnosti. Pro bezpočet seniorů se stává výraznou složkou denních

aktivit péče o vnoučata. Tato práce jim poskytuje nejen pocit užitečnosti, ale také prožitek radosti a smysluplnosti prožitého dne. Dalšími často vykonávanými činnostmi mohou být činnosti, ve kterých se protíná charakter pracovní se složkou zájmovou. Příkladem budiž práce na zahradě, pěstování různých plodin a květin. Rheinwaldová (1999) nahlíží na zahradničení jako na možný způsob terapie. Tato činnost reaguje na potřebu o něco pečovat a vzbuzuje zájem o budoucnost (Rheinwaldová, 1999). Prospěšných činností bychom mohli najít celou řadu – od již zmíněné práce v domácnosti či na zahradě, přes občasnou výpomoc sousedům až po systematickou dobrovolnickou či výtěžnou činnost. Všechny tyto varianty poskytují starším osobám možnost smysluplného využití volného času, seberealizace a pocit důležitosti. Navíc mnohé z těchto aktivit poskytují možnost navázání a udržování sociálních kontaktů, a eliminují tak riziko izolace.

3.4 Podpora aktivního života seniorů

V současné době je v souvislosti s demografickým stárnutím často poukazováno na potřebu podpory kvality života ve stáří. Cílem je, aby i starší lidé byli nezávislí, aby byli schopni participovat a realizovat se ve společnosti, aby byla zachována jejich důstojnost. Poukazuje se na to, že starší lidé nemusí být přítěží. Za vhodných podmínek mohou být sobě i společnosti prospěšní, a to například svými zkušenostmi. V následující podkapitole se zmíním o nejdůležitějších dokumentech k této problematice vztažených.

3.4.1 Možnosti pro aktivní život seniorů

Pro samotného staršího jedince je důležité najít si nové způsoby seberealizace. Někteří senioři se angažují v politických stranách, jiní volí spíše neformální setkávání v klubech důchodců či klubech aktivního stáří. Řada z nich tráví volný čas výlety, zahrádkařením anebo účastí na nejrůznějších kulturních akcích. Existují také taková uskupení, například pěvecké soubory, která navštěvují obyvatele ústavních zařízení a těší je svým vystoupením. V poměrně nedávné době u nás vznikly také univerzity třetího věku, které vedle akademií třetího věku pomáhají seniorům udržovat a rozšiřovat sumu znalostí. Tím mohou nepřímo ovlivnit i sebevědomí a celkovou spokojenost frekventantů. K této spokojenosti může přispět i okolí seniora, které mu poskytne potřebné informace o takových činnostech a povzbudí ho k jejich využívání. V tomto směru je tedy nejen nezbytné podporovat vznik a činnost obdobných nástrojů, ale také dbát na informovanost cílové skupiny.

Na nižších úrovních existuje také mnoho organizací, které se zaměřují na život starších lidí z konkrétních hledisek. Tyto organizace poskytují nejen zdravotní, informační a poradenské služby, které mnohdy bývají zdarma, ale velice často se orientují na volný čas seniorů. V dnešní době mají starší lidé možnost účastnit se mnoha kurzů, které jsou uzpůsobeny jejich potřebám a možnostem. Tyto kurzy zahrnují širokou škálu činností od jógy, rehabilitačního cvičení a plavání přes hudební a umělecké aktivity až po výuku práce s počítačem, trénování paměti nebo jazykové kurzy. Vedle akademií třetího věku vznikají již zmíněné univerzity třetího věku, kde se senioři mohou seznámit s problematikou, která je zajímá. Ale nejen služeb a aktivit určených

seniorům tito lidé využívají. Časté je například členství v různých svazech (např. zahrádkářů či turistů).

Na seniory je pamatováno také v oblasti médií. Vždyť v dnešní době je každodenní život snad všech lidí v Evropě prodchnut působením nesčetných masových médií. Na trhu můžeme najít řadu časopisů a novin orientovaných na různé cílové skupiny podle jejich věku i zájmů. To se samozřejmě týká i televizního a rozhlasového vysílání. A ani senioři nezůstali v tomto směru ochuzeni. I pro ně vychází několik časopisů a novin, jako například Generace seniorů, Senior revue či Doba seniorů. V těchto časopisech se nejen senioři mohou dozvědět mnoho informací o různých oblastech zájmů. Navíc časopisy upozorňují na mnoho akcí, na kterých je možno uplatňovat různé slevy. Senioři, pokud tyto časopisy čtou, jsou tak dobře informováni o tom, co se právě děje. A v neposlední řadě jsou to sami starší lidé, kdo informuje své vrstevníky o různých akcích a mohou tak podněcovat k pestrému využití jejich volného času.

Shrneme-li téma podpory aktivního stárnutí, můžeme říci, že existují mnohé snahy, jak ji realizovat. V mnohých dokumentech je důraz kladen na ekonomickou aktivitu seniorů, ale ani další aktivity a participace na životě společnosti nejsou opomenuty. V praxi jistě můžeme pozorovat řadu snah o aktivizaci seniorů a jejich zapojení do života komunity. Ovšem nabídka služeb či možností trávení volného času vhodným způsobem za příležitých podmínek stále ještě mnohde není příliš rozvinuta.

3.4.2 Komunitní centra

Komunitním centřům jako jedné ze služeb, které nabízejí program pro volný čas, věnuji zvláštní podkapitolu. Podle Matouška (2007a) tato centra poskytují

různé programy s možností výběru a realizace aktivit samotnými seniory. Tento autor také uvádí, že v naší republice tato centra chybí, přestože jsou právě komunitní centra „službou budoucnosti“ (Matoušek, 2007b, s. 175). Pro lepší ilustraci činnosti takového zařízení popíši dvě komunitní centra v zahraničí a jedno v České republice.

Komunitní centrum Almage 50+ v Montrealu v Kanadě

Almage seniorské komunitní centrum bylo založeno v roce 1982. V té době poskytovalo své služby dva dny v týdnu asi 50 osobám. V současné době rozšířilo svou provozní dobu na 5 dnů v týdnu a jeho služeb využívá asi 400 osob. Služby jsou zaměřeny na zdraví, vzdělávání, rekreační aktivity a celkovou podporu seniorů, přičemž většina programů je poskytována zdarma. Program a podoba služeb mimo jiné závisí také na zájmech členů centra.

V oblasti péče o zdraví komunitní centrum organizuje cvičení, tanec, procházky, bowling, možnost péče o nohy a měření tlaku i různé workshopy.

Ze vzdělávacích a rekreačních aktivit můžeme jmenovat kurzy francouzštiny, umění a řemesel, počítačové kurzy, vaření, malování, výlety, hraní karet a šipek.

Toto komunitní centrum poskytuje také další služby, jako je např. strava, doprava minibusem a tzv. program domácí podpory. Ten je určen lidem, jejichž zdravotní stav je takový, že jim nedovoluje dopravit se do komunitního centra. Cíly tohoto programu, tak jak je deklaruje sama organizace, je podpořit kvalitu života těchto osob, posílit jejich nezávislost a autonomii a předejít jejich institucionalizaci. V rámci tohoto programu je klientům poskytován například doprovod, přátelské návštěvy, přátelské telefonické hovory,

informace a poradenství a zastupování při jednání ve věcech seniora.

Toto komunitní centrum, stejně jako všechna ostatní, nabízí možnost zapojení se do dobrovolnictví včetně potřebné podpory profesionálů a průběžné supervize.

Zaměříme se nyní podrobněji na tu část programu komunitního centra, která se zaměřuje na trávení volného času. Seniorům jsou nabízeny pravidelné a nepravidelné aktivity.

V pondělí je centrum otevřeno od 10 do 15:30 hodin, kdy je pokaždé dán prostor pro přátelský rozhovor, hraje se bingo, klienti cvičí, zpívají u piana a je jim poskytnuta polední strava.

V úterý se dveře komunitního centra otevírají o půl hodiny dříve. Volnočasový program, obsahující cvičení, tanec, lekce práce na počítači, oběd a umělecké a řemeslné práce, končí v 15:30.

Středeční nabídka je seniorům k dispozici mezi 13 a 16 hodinou. Na programu dne jsou pohybové aktivity, hudba, tanec, posezení u čaje a informační workshopy. Ve čtvrtek pravidelně není poskytován žádný volnočasový program. V pátek od 11:30 do 16:00 je seniorům servírován oběd, následují pohybové aktivity, hudba, procházky, hraní karet a malování.

Kromě těchto činností, které se opakují pravidelně každý týden, centrum nabízí také další aktivity. Jedná se na příklad o seznámení s principy tradiční čínské medicíny, výlety nejen do blízkostí historických památek, ale také do restauračních zařízení, oslavy svátků, ježdění na koních, možnost pomáhat v kuchyni při přípravě pokrmů a kolektivní sledování oblíbených televizních programů.

Personální složení komunitního centra si vystačí celkem se 7 osobami. Jedná se o vedoucího centra,

vedoucího aktivit, koordinátora dobrovolníků, dva pracovníky programu domácí podpory a dva řidiče. Nemalý podíl na zajištění chodu centra mají také dobrovolníci. (www.almage.org)

Centra pro seniory ve Windsoru v Ontariu v Kanadě

Ve městě Windsor jsou jednou neziskovou organizací provozována dvě komunitní centra od roku 1961. V současné době mají obě centra dohromady více než 1000 členů, kteří hradí členské poplatky ve výši 50 dolarů za rok. Tak jako Almage seniorské centrum i komunitní centra ve Windsoru nabízí celou řadu služeb, včetně domácího podpůrného programu v přibližně stejné podobě, jak byl popsán výše, dále pak podávání obědů či dopravy do centra a zpět.

Pravidelný program pro trávení volného času jednoho z center přiblížím v následujících odstavcích.

V pondělí mezi 8:30 a 15:30 se senioři mohou zúčastnit hry kulečnicku, meditace, zpěvu, kroužku keramiky, kroužku šití, her a cvičení Tai chi.

V úterý je mezi 8:30 a 16:00 na programu hra kulečnicku, hudební vystoupení, práce se dřevem, stepování, kroužek pletení, zdravotní poradenství, tanec a Tai chi.

Také středeční program v rozmezí mezi 8:30 a 15:00 hodin začíná hrou kulečnicku, následuje bowling, řemeslný kroužek, jóga, aerobik.

Ve čtvrtek je volnočasový program o jednu hodinu kratší, končí již ve 14:00. Obsahuje hru kulečnicku, práci se dřevem, kroužek šití, kroužek vytváření šperků a břišní tance.

V pátek senioři v 8:30 již tradičně začínají hrou kulečnicku, následují taneční kroužky, karetní hry, knižní klub a divadelní kroužek. Program končí v 15 hodin.

Kromě těchto pravidelných aktivit centrum nabízí také aktivity nepravidelné. Jedná se zejména o výlety, pořádání pikniků, oslavy významných svátků, ale také akce s názvem „pizza a film“, která spojuje sledování filmu s obědem. Některé aktivity jsou zpoplatněny, ovšem zpravidla se jedná o nízké částky.

K zajištění chodu obou center je využíváno celkem 30 zaměstnanců a asi 400 dobrovolníků. Personální zázemí obou komunitních center dohromady je složeno z vedoucího center, ekonoma, administrativních pracovníků, pracovníků zaměřených na aktivity, řemesla a cvičení, dále pak recepční, řidičů minibusů a dodávek a zdravotních sester. Z výše uvedeného je patrné, že se jedná o komunitní centra se širokým rozsahem služeb i velkým počtem klientů. Tomu také odpovídá personální zajištění, které pečuje nejen o samotné volnočasové programy, ale také o program domácí podpory. (www.centersforseniors.org).

Seniorcentrum Pardubice

Seniorcentrum Pardubice je zájmovou organizací seniorů, která je podporována městem. Své služby poskytuje za symbolické poplatky, například 50 Kč za roční účast v zájmovém kroužku.

Pardubické Seniorcentrum nabízí svým klientům stálý program, ten je poskytován ve všední dny s výjimkou dnů pracovního klidu.

Každé pondělí je ráno na programu gymnastika a protahovací a posilovací cvičení pro starší ženy. Další pondělní aktivity jsou plánovány pouze na některé týdny. Například každé třetí pondělí v měsíci se koná klub seniorů nebo každé liché pondělí akce „Tančíme pro radost“.

Úterní program začíná pravidelně v 8 hodin poradnou pro sluchově postižené a končí ve 20 hodin. Během celého

dne se senioři mohou účastnit trénování paměti, klubu seniorů, zdravotního a rehabilitačního cvičení a jógy.

Ve středu odpoledne senioři začátečníci cvičí jógu. Dopoledne je na pořadu dne každou druhou středu v měsíci klub seniorů a každou čtvrtou středu taneční kroužek.

Čtvrtek nabízí podobně rozsáhlý program jako úterý. Den v Seniorcentru začíná v 8 hodin a končí v 18:30. Během této doby je seniorům k dispozici kroužek vaření, zdravotní cvičení, cvičení pro starší ženy, právní poradna, paličkování, jóga a pěvecký sbor.

V pátek probíhá od 9 do 16 hodin kroužek paličkování.

Kromě těchto stálých aktivit má Seniorcentrum také pro každý měsíc vypracován program nepravidelných akcí. Většinou se v tomto programu objevují činnosti, které již byly uvedeny jako náplň stálého programu. Mimo to však centrum nabízí například autobusové zájezdy, přednášky na různá témata a hudebně - literární odpoledne.

Aktivity Seniorcentra pokrývají značnou část všedních dnů. Ve dnech, kde je jen málo pravidelných aktivit, je více činností nepravidelných.

(www.seniorcentrum.ipardubice.cz)

4. Dobrovolnictví

Úvodem uvedme tři výstižné definice dobrovolnictví. Každá z nich, ač definují tentýž jev, zdůrazňují jeho různé atributy.

Dobrovolnictví je „neplacená a nekariéerní činnost, kterou lidé provádějí proto, aby pomohli svým bližním, komunitě nebo společnosti.“ (Matoušek, 2003b, s. 55). Zajímavou definici přináší také Wilson (2000), podle kterého je dobrovolnictví „jakákoli aktivita, ve které je zdarma věnován čas ve prospěch jiných osob, skupin a organizací.[...] Dobrovolnictví je součástí množiny pomáhajícího chování, která znamená větší závazek než spontánní pomoc, ale v užším rozsahu než péče poskytovaná rodinou a přáteli.“ (Wilson, 2000, s. 215). A do třetice Tošner se Sozanskou (2002) definují dobrovolnictví takto: „Dobrovolnictví není obět, ale přirozený projev občanské zralosti. Přináší konkrétní pomoc tomu, kdo ji potřebuje, ale zároveň poskytuje dobrovolníkovi pocit smysluplnosti, je zdrojem nových zkušeností a dovedností a obohacením v mezilidských vztazích.“ (Tošner, Sozanská, 2002, s.18)

V západních státech je dobrovolnictví jako jedna z forem prospěšných činností hojně využíváno. Na přerušenou tradici dobrovolnictví po roce 1989 začíná navazovat také Česká republika. Dobrovolnická činnost zde však stále ještě není běžnou záležitostí jako v některých jiných zemích vyspělého světa. Vztah veřejnosti k dobrovolnictví, jak uvádí Matoušek (2003b, 2003d), je ovlivněn praktikami období před rokem 1989, kdy se občané účastnili dobrovolných aktivit, organizovaných státními a stranickými orgány. Neúčast na těchto činnostech jedince penalizovala, a podíváme-li se tedy na jejich dobrovolnost blíže, bylo by v tomto směru výstižnější hovořit o povinnosti než o dobrovolnosti (Matoušek, 2003b, 2003d).

4.1 Druhy dobrovolnické činnosti

Dobrovolnickou činnost je možné rozdělit podle několika hledisek. Setkáváme se s dobrovolnictvím na poli ochrany přírody a zvířat, v oblasti zájmové, sportovní, humanitární, kulturní i politické. Nezanedbatelnou roli hrají i dobrovolníci ve zdravotnictví a v sociálních službách. Dnes již velká část sociálních služeb využívá při své práci nadšení a schopností dobrovolníků. Práce⁵ dobrovolníků zde vyžaduje profesionální přístup, výběr a vyškolení vhodných kandidátů (Tošner, Sozanská, 2002).

Matoušek (2003b) rozděluje dobrovolnictví na vzájemně prospěšné a veřejně prospěšné. V prvním případě se jedná o skupiny osob, které sdílejí své osobní zájmy, a v druhém jde o aktivity, které, jak již název napovídá, přinášejí zisk veřejnosti (Matoušek, 2003b). Tošner a Sozanská (2002) k tomuto výčtu přidávají ještě občanskou nebo také sousedskou výpomoc, svou povahou velmi blízkou vzájemně prospěšné dobrovolnické činnosti.

Z hlediska historického vývoje můžeme rozlišit vývojově starší model evropský - komunitní a mladší model americký - manažerský (Tamtéž). Komunitní model staví na společných zájmech účastníků. Ti se setkávají v přirozeném společenství, kterým mohou být například církve či sportovní organizace. Pilířem komunitního dobrovolnictví jsou osobní přátelské vztahy. Činnost je často neformální, závisající na osobní domluvě. V americkém modelu dobrovolnictví jsou dobrovolníci zastřešeni profesionálně vedenými dobrovolnickými centry. Tyto organizace vyhledávají vhodné kandidáty pro

⁵Tošner a Sozanská (2002) nedoporučují používat pojem dobrovolnická práce, neboť výraz práce je zpravidla spojován s ekonomickou činností. Argumentem proti tomuto doporučení může být skutečnost, že dobrovolnická činnost má mnohé znaky s prací společné, což odráží mimo jiné snahy o vyčíslení přínosu dobrovolnictví v penězích.

dobrovolnictví a poté jim zprostředkují konkrétní dobrovolnickou činnost. Dobrovolníci s organizací uzavírají kontrakt (Matoušek, 2003b, Tošner, Sozanská, 2002).

Dobrovolnictví, jak již vyplynulo z předchozího členění, může nabývat povahy formální či neformální. Formální dobrovolnická činnost je vymezena smlouvou uzavřenou mezi dobrovolníkem a organizací, dobrovolník je zaškolen, supervidován a z hlediska své činnosti hodnocen (Matoušek, 2003b).

Posledním hlediskem členění dobrovolnictví, které v této práci uvedu, je rozdělení podle časového vymezení, jak je definují Tošner se Sozanskou (2002). Nejkratší forma dobrovolnictví spočívá v účasti na jednorázových akcích, jako jsou například benefiční koncerty či sbírky. Druhý typ, dlouhodobá dobrovolná činnost, již vyžaduje větší investice z hlediska míry času a také jistou pravidelnost. Jedná se například o činnost, již dobrovolník vykovává pravidelně každý týden v průběhu celého roku. Třetím stupněm činnosti je podle autorů dobrovolná služba. Ta je chápána jako dobrovolný závazek práce obvykle mimo svou zemi. Pod dlouhodobým závazkem se může skrývat doba v trvání měsíců, ale i roků (Tošner, Sozanská, 2002).

4.2 Funkce dobrovolnictví

Výkon dobrovolnické činnosti má pro jednotlivé aktéry různé funkce. Houle, Sagarin a Kaplan (2005) citují Claryho a kolegy, kteří vymezují šest funkcí, jež dobrovolnictví plní ve vztahu k samotnému dobrovolníkovi.

První z jmenovaných je hodnotová (values) funkce. Ta spočívá ve službách ve prospěch druhých lidí za přispění a uznání společnosti.

Další funkcí dobrovolnictví je porozumění (understanding). Prostřednictvím výkonu dobrovolné činnosti jedinec získává příležitost k učení, bližšímu porozumění jevů, cvičení a využívání svých schopností.

Třetí uváděnou položkou je funkce kariérní (career). Tato funkce navazuje na předcházející v tom smyslu, že dobrovolnictví může zlepšovat výhledy do budoucna na poli pracovního uplatnění.

Čtvrtou funkcí, kterou dobrovolnictví produkuje, je funkce sociální (social). Ta je chápána ve dvojím významu. Člověk se často stává dobrovolníkem ve snaze vyhovět vnějším sociálním tlakům, vztaženým k normám té či oné společnosti či skupiny. Sociální funkce se projevuje ale také v tom, že prostřednictvím dobrovolnictví může a často také dochází ke kontaktu s druhými lidmi.

Pátou je ochranná (protective) funkce. Tato funkce umožňuje dobrovolníkovi redukovat pocity viny za to, že se má lépe než někdo jiný. Dobrovolnictví může být také cestou, jak utéct od vlastních problémů.

Poslední jmenovanou funkcí je funkce úcty nebo povznesení (esteem či enhancement). Dobrovolnictví je pak nástrojem podpory sebeúcty a sebevědomí.

Zajímavý příspěvek k funkcím dobrovolnictví ve vztahu k seniorům přináší Haškovcová (1990), která hovoří o tom, že koníčky se nemohou stát plnohodnotným druhým programem stáří. V naší společnosti totiž mají charakter doplňkovosti a až lacině vnímané zábavy. Autorka navrhuje zájmovou činnost integrovat do společenského dění a využívat je ve prospěch dalších osob. Tímto způsobem pak bude podpořeno příznivější vnímání seniorů jako rovnocenných partnerů (Haškovcová, 1990). Autorka tak poukazuje na to, že aktivity ve prospěch druhých, tedy například dobrovolnictví, jsou výhodné i pro samotné

starší osoby, které tuto činnost vyvíjejí. V tomto pojetí je patrné, že funkce dobrovolné činnosti u seniorů může obsahovat společenské uplatnění a s tím souvisejícího uznání a vlastního sebehodnocení.

K funkcím dobrovolnictví se vyjadřuje také Hodinková (2007) ve své diplomové práci. Pro samotné seniory účast na dobrovolných aktivitách přináší pocit smysluplnosti, posilování sociálních kontaktů, strukturaci času, roli, seberealizaci či zpomalení procesu stárnutí. S ohledem na společenské klima a vztah společnosti k seniorům participace na dobrovolnictví posiluje také pozitivní obraz stáří (Hodinková, 2007).

Funkce dobrovolnictví se úzce váží k motivaci k této činnosti. O té pojednává další podkapitola, a poskytuje tak ucelenější pohled na některé souvislosti dobrovolnictví.

4.3 Dobrovolník a jeho motivy

Tato kapitola je věnována tomu, kdo je to dobrovolník a jací lidé se dobrovolníky stávají nejčastěji. Bez příspěvku nezůstane ani otázka, proč se lidé vlastně dobrovolnictví věnují a co je hybnou silou vedoucí k účasti na procesu pomáhání bez nároku na materiální odměnu.

4.3.1 Definice dobrovolníka

Dobrovolník v sociálních službách je člověk „poskytující podporu a pomoc bez nároku na odměnu – někdy po patřičném zaškolení – buď samostatně, nebo ve spolupráci s placenými profesionály.“ (Matoušek, 2003b, s. 54). Tošner a Sozanská (2002) definují dobrovolníka obecně jako člověka, „který bez nároku na finanční odměnu poskytuje svůj čas, svoji energii, vědomosti a dovednosti ve prospěch ostatních lidí či společnosti.“ (Tošner,

Sozanská, 2002, s.35). Zákon č. 198/2002 Sb., o dobrovolnické službě a o změně některých zákonů říká, že dobrovolníkem se může stát fyzická osoba starší patnácti let, pokud jde o dobrovolnickou službu na území České republiky, nebo osoba starší osmnácti let, pokud jde o výkon dobrovolnické služby v zahraničí. Zároveň platí, že je zde nezbytné svobodné rozhodnutí konkrétního jedince pro dobrovolnickou službu (zákon č. 198/2002).

Jak uvádí Tošner a Sozanská (2002), v zemích, kde nedošlo k přerušení tradice dobrovolnictví, jsou mezi dobrovolníky lidé všech věkových i profesních skupin. Zahraniční údaje nám vymezují okruhy osob se společnými charakteristikami, které se nejčastěji zapojují do dobrovolnické činnosti. Vedle například žen pečujících o rodinu a studentů jsou to také lidé v penzi (Matoušek, 2003b, Matoušek, 2003d, Tošner, Sozanská, 2002).

V České republice se většina dobrovolníků rekrutuje z řad studentů (Matoušek, 2003b). Jedná se zejména o ty, kteří se připravují na výkon některé z pomáhajících profesí. V rámci dobrovolnické činnosti tak mají příležitost vyzkoušet si práci s vlastním případem (Matoušek, 2003d). Co se týče pohlaví dobrovolníků, Tošner se Sozanskou (2002) citují materiály Dobrovolnického centra v Ústí nad Labem, podle kterých se v roce 2000 registrovalo z celkového počtu zájemců o dobrovolnictví 87% žen a pouhých 13 % mužů. Data za rok 2007 z téhož dobrovolnického centra říkají, že se v dané organizaci v uvedeném roce registrovalo celkem 110 dobrovolníků. Z tohoto počtu činilo 72% žen a 28% mužů (materiály Dobrovolnického centra o. s., Ústí nad Labem). Podíl žen - dobrovolnic zde tedy stále ještě výrazně převládá nad podílem mužů - dobrovolníků. Podle povahy genderových rolí lze předpokládat, že i v jiných

oblastech naší republiky bude podíl dobrovolnic převažovat nad podílem dobrovolníků.

4.3.2 Motivace k dobrovolnictví

Motivy jsou „síly, které člověka vedou k jednání“ (Matoušek, 2003b, s.138). Motivace je „pohnutka k jednání [...] intrapsych. proces zvýšení n. poklesu aktivity, mobilizace sil, energizace organismu“ (Hartl, 1993, s. 110)

Frič (2001) uvádí tři základní druhy motivace k dobrovolnictví, které se v praxi vzájemně prolínají.

- Prvním typem je motivace konvenční neboli normativní. V tomto případě se jedinec stává dobrovolníkem ve snaze podrobit se morálním normám svého nejbližšího okolí nebo obecně platným neformálním pravidlům dané společnosti. Tato motivace se v našich podmínkách opírá o křesťanské hodnoty a představy o správném způsobu života. Konvenční motivace dominuje u 41% českých dobrovolníků a častěji se týká osob ve věku nad 60 let a věřících.
- Reciproční motivace vede dobrovolníka k tomu, aby ve své činnosti hledal užitek pro sebe samého. Může se jednat o získávání nových zkušeností, vztahů, snaha uplatnit své přednosti a udržovat se v kondici. Tento druh motivace převažuje u 37% českých dobrovolníků, nejčastěji u lidí do 30 let a ateistů.
- V případě nerozvinuté motivace se do popředí dostávají takoví činitelé, jako je důvěra v organizaci, pro kterou by měl dobrovolník pracovat, přesvědčení o smysluplnosti dobrovolnické práce a pocit jedince, že se může podílet na šíření dobré myšlenky. Nerozvinutá

motivace se nejčastěji vyskytuje u osob vysokoškolsky vzdělaných a ve věkovém rozmezí 46 a 60 let.

Jiné členění motivů přinášejí Batson, Ahmad a Tang (2002). Podle nich existují čtyři základní motivy konání ve prospěch obecného dobra. Hovoří o egoismu, altruismu, kolektivismu a principialismu.

- Egoismus - v tomto případě je dobrovolnictví nástrojem k dosažení výhod různého druhu pro sebe samého. Může se jednat například o získání nových zkušeností a kontaktů, jak bylo uvedeno výše. Neméně významné jsou také snahy vytvořit v mínění druhých o své osobě obraz pečujícího, citlivého a dobrého člověka.
- Altruismus - v tomto přístupu je přednější blaho jednoho či více jedinců před výhodami pro vlastní osobu. Nejčastějším zdrojem altruistické motivace je empatické cítění.
- Kolektivismus - zde jsou snahy hnány k zajištění blaha nějaké skupiny osob. Dobrovolnické aktivity mohou být vykonávány ve prospěch rodiny, sousedství, národa, rasy, pohlaví nebo sociální třídy, přičemž není nutné, aby dobrovolník byl příslušníkem té či oné skupiny.
- Principialismus - tento druh motivace podporuje určité morální principy, jako je například spravedlnost. (Batson, Ahmad a Tang, 2002)

Ne všechny motivy jsou pro práci s cílovou skupinou výhodné. Vezměme si kupříkladu výše zmíněný pramen altruistické motivace - empatii. Empatie je obecně přijímaná jako jedna ze základních dovedností užívaných v pomáhajícím procesu (Matoušek, 2003b). Při pomáhání má

být zjevná, neboť „empatie, která zůstává neprojevena, [...] klientovi neprospívá“ (Matoušek, Hartl, 2003, s. 54). Ovšem zamění-li dobrovolník empatii za soucit (k čemuž mají mnozí lidé tendence), přesouváme se do prostoru motivačních prvků spíše nevhodných.

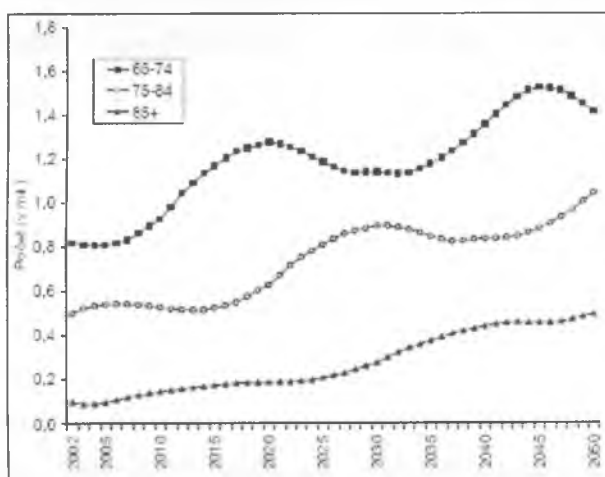
O těchto nevhodných a někdy až nebezpečných motivech hovoří Vitoušová, kterou citují Tošner se Sozanskou (2002). Vedle již zmíněného soucit, který může mít za následek degradaci klienta, se jedná o nepřiměřenou zvědavost, o pocit povinnosti ke vztahu k dobrovolnictví, o snahu něco si zasloužit, o touhu obětovat se a hledat duševní rovnováhu, o osamělost a hledání přátelství, o zajištění pocitu vlastní důležitosti a nenahraditelnosti, o nedostatek sebeúcty a touhu setkat se s lidmi, kteří jsou na tom ještě hůře, a také o panovačnost a touhu ovládat druhé. V případě všech těchto motivů skutečným cílem není snaha pomoci druhému. Ta má být pouze maskovacím pláštěm zakrývajícím touhu po uznání, touhu ovládat a podobně. Silný motiv této povahy či jejich kombinace má pak destruktivní vliv na vztahy uvnitř dobrovolnického týmu i na klienta samotného (Tošner, Sozanská, 2002).

5. Sociálně politické vlivy

V úvodu této kapitoly je důležité zmínit se o problematice stárnutí populace, které je způsobeno snižováním podílu mladších věkových skupin v populaci a zvyšováním podílu osob v postreprodukčním věku. Téma dosavadního demografického vývoje a projekce do budoucna by vydalo na samostatnou práci. Zde, na úvod kapitoly, zmiňme jen tolik, že se předpokládá výrazné zvýšení osob ve věku 65+. Následující obrázek ukazuje střední variantu očekávaného počtu obyvatel ve věku 65+ v České republice.

Obrázek č. 1

Očekávaný počet obyvatel starších 65 let, střední varianta, 2002 - 2050



Zdroj: www.czso.cz

5. 1 Mezinárodní vlivy

Na podobu sociálního práva, které upravuje konkrétní podobu současné sociální politiky, má vliv nejen historický vývoj v této oblasti, ale také mezinárodní právo a právo Evropského společenství (Koldinská, 2007). Jak uvádí Tomeš (2001), cíle sociální politiky odrážejí zájmy společensky slabších vrstev, jejichž příslušníci

vyvinuli politický tlak na vrstvy sociálně silnější. Sociálně politické cíle jsou vždy výsledkem kompromisu – musejí být pro mocnější a bohatší vrstvu přijatelné. Cíle v této oblasti se v historii posouvaly od pomoci člověku přes povinnost státu až po práva občana (Tomeš, 2001). Tato práva jsou ukotvena v mezinárodních úmluvách, národních ústavách a ústavních zákonech a dále rozváděna do zákonů a dalších právních předpisů.

Mezi nejdůležitější subjekty, jejichž působení se odráží v české sociální politice, patří Organizace spojených národů spolu se svými specializovanými agenturami, Rada Evropy a již zmíněné Evropské společenství.

5.1.1. Organizace spojených národů a její agentury

Produktem zkušeností s druhou světovou válkou bylo rozhodnutí o založení Organizace spojených národů. Jak uvádí Tomeš s Koldinskou (2003, s. 92), klíčovou myšlenkou zakládajících států – vítězů 2. světové války bylo, aby při řešení mezinárodních problémů nedocházelo k narušení lidských práv. V roce 1945 byla podepsána Charta spojených národů, v níž „důraz byl kladen na součinnost států a na respektování lidských práv jako podmínky míru.“ (Tomeš, Koldinská, 2003, s. 92). Tato mezinárodní instituce s celosvětovou působností sdružuje v současné době 192 států (www.un.org). Na jejich sociální politiku měla vliv zejména Všeobecná deklarace lidských práv. Tato deklarace byla přijata v roce 1948. Kromě občanských, politických, ekonomických a kulturních práv obsahuje také práva sociální (jako právo na práci, uspokojivé pracovní podmínky, právo na svobodu sdružování, právo na sociální zabezpečení, na rodinu a přiměřenou životní úroveň). Vzhledem k tomu, že se jednalo o politickou deklaraci, práva, která vymezuje,

nebylo možné právně vymáhat. Až o 18 let později, tedy v roce 1966, byly přijaty dokumenty právně závazné pro státy, které je přijaly a ratifikovaly⁶. Jedná se o Mezinárodní pakt o hospodářských, sociálních a kulturních právech a Mezinárodní pakt o občanských a politických právech. Důležitost těchto paktů tkví ve skutečnosti, že se staly vůbec prvními dokumenty o lidských právech, které byly pro dotčené státy právně vymahatelné. Tehdejší Československo ratifikovalo oba dva a vyhlásilo je pod číslem 120/1976 Sb. (Koldinská, 2007).

Organizace spojených národů má své specializované Agentury, z nichž asi nejznámější jsou Světová zdravotnická organizace (World Health Organization), Organizace pro vzdělávání, vědu a kulturu (United Nations Educational, Scientific and Cultural Organization) a Mezinárodní organizace práce (International Labour Organization).

Poslední jmenovaná byla založena v roce 1919. Jednou ze specializovaných agentur Organizace spojených národů je však až od roku 1946. Mezinárodní organizace práce vyvíjí svou činnost v oblastech pracovních a životních podmínek, přípravy na povolání i sociálního zabezpečení. Zabývá se výzkumem a přijímá mezinárodní úmluvy a doporučení ve snaze stanovit minimální standardy v oblasti mezd, pracovní doby, podmínek zaměstnání a sociálních jistot. Za dobu svého působení vydala již více než 180 úmluv a 190 doporučení. Tomeš (2001) uvádí, že v oblasti sociálního zabezpečení se jedná o Úmluvu číslo 102 o sociálním zabezpečení z roku 1952, Úmluvu číslo 118 o rovnosti zacházení v sociálním zabezpečení z roku 1962. Zvláštní úmluvy pak byly vypracovány pro oblast zdravotní péče a nemocenského pojištění, starobního, invalidního a pozůstalostního a úrazového pojištění, pojištění

⁶ Podrobnosti o vymahatelnosti těchto práv přináší Tomeš (2001)

v nezaměstnanosti a mateřských a rodinných dávek (Tomeš, 2001). I v případě Mezinárodní organizace práce platí, že státy mohou úmluvy ratifikovat. Pokud však k ratifikaci nedojde, stát těmito dokumenty není nijak vázán. Česká republika ratifikovala 68 úmluv (Koldinská, 2007).

Prvním mezinárodním dokumentem zabývajícím se problematikou stárnutí je Vídeňský mezinárodní akční plán stárnutí, přijatý roku 1982 Valným shromážděním Organizace spojených národů. Tento dokument cílí svá doporučení na posílení možností států i občanské společnosti řešit důsledky stárnutí populace a také využívat rozvojového potenciálu starších osob. Formuluje 62 doporučení v oblastech výzkumu, vzdělávání, zdraví, bydlení a životního prostředí, rodiny, sociálního zabezpečení a zajištění příjmů.

O devět let později, tedy v roce 1991, přijalo Valné shromáždění Organizace spojených národů Zásady OSN pro seniory. Vyzývá zde vlády států k včlenění těchto zásad do svých národních programů. Zásad je celkem osmnáct a jsou seskupeny do pěti oblastí. Těmi jsou nezávislost, zapojení do společnosti, péče, seberealizace a důstojnost. Podle těchto zásad by senioři měli např.:

- žít ve svém přirozeném sociálním prostředí, jak nejdéle je to možné
- být zařazení do života společnosti, účastnit se aktivně formulování a realizace politik, které mají přímo vliv na jejich blaho, a dělit se o své znalosti a schopnosti s mladšími generacemi;
- mít možnost hledat a rozvíjet příležitosti pro služby občanské společnosti a pracovat jako dobrovolníci na místech, která odpovídají jejich zájmům a schopnostem;
- mít možnost vytvářet hnutí nebo asociace starých lidí.

- mít možnost využívat příležitosti k plnému rozvoji svých schopností
- mít přístup ke vzdělávacím, kulturním, duchovním a rekreačním zdrojům společnosti

Dalším významným dokumentem na tomto poli je Montrealská deklarace, přijatá na konferenci o stárnutí v Montrealu v roce 1999. Tento dokument poukazuje mimo jiné na to, že lidé mají zodpovědnost přispívat za realizaci práv starších osob účastí na politickém procesu v místě jejich bydliště. Měla by být také posílena schopnost veřejného, soukromého i dobrovolného sektoru přispívat k blahu starších osob a spolupracovat za účelem přiblížení se tomuto cíli. Dokument vyzývá spojené národy, aby otázky stárnutí systematicky včleňovaly do všech jednání, činností, výzkumů, plánů a programů.

V roce 2002 byl v Madridu přijat Mezinárodní akční plán pro problematiku stárnutí. Tento dokument se na rozdíl od svého předchůdce Vídeňského mezinárodního akčního plánu stárnutí orientuje více na země rozvojové a země s přechodovou ekonomikou. Zabývá se např. otázkami aktivní účasti seniorů na životě a rozvoji společnosti, přístupu ke vzdělávání nebo obecnými představami o stárnutí. Madridský mezinárodní akční plán pro problematiku stárnutí na rozdíl od svého předchůdce z roku 1982 přináší také mechanismy pravidelného hodnocení a kontroly jeho plnění.

Ve stejném roce (2002) byla na Ministerské konferenci o stárnutí přijata Regionální implementační strategie k Madridskému mezinárodnímu akčnímu plánu pro problematiku stárnutí. Tato strategie doporučuje věnovat se v rámci národních politik problematice stárnutí a

stimuluje státy k přijetí národního programu či strategie (www.helcom.cz, www.mpsv.cz)

5.1.2. Rada Evropy

Rada Evropy, mezinárodní evropská instituce založená v roce 1949, sdružuje v současné době 46 států, které vyznávají některé společné hodnoty a cíle. Cílem Rady Evropy je ochrana lidských práv a demokracie, podpora vědomí evropské kulturní identity i různorodosti, hledání řešení problémů současné evropské společnosti, jako je netolerance, problematika menšin, užívání drog či ochrana životního prostředí. Jak uvádí Tomeš (2001), zabývá se všemi oblastmi života, kromě bezpečnosti států. Již rok po svém vzniku tato organizace přijala Evropskou úmluvu o ochraně lidských práv a základních svobod a o 5 let později vytvořila Evropský soudní dvůr pro lidská práva, který dbá na dodržování práv vymezených v uvedené úmluvě. Tuto Úmluvu následovaly další dokumenty, které jsou však pro státy závazné až po jejich ratifikaci. Úmluv bylo přijato na 130 (Tomeš, 2001). Za zmínku zde jistě stojí Evropská sociální charta z roku 1961, kterou Česká republika ratifikovala v roce 1999 pod číslem 14/2000. Systém ratifikace v tomto případě umožňuje přijmout tuto chartu v různých podobách. Bylo dáno 7 práv, z nichž alespoň 5 musí být ratifikováno vždy (právo na práci, právo organizovat se a kolektivně vyjednávat, na sociální zabezpečení, na sociální a lékařskou pomoc, právo na rodinu, právo migrujících pracovníků a jejich rodin na ochranu a pomoc). K těmto právům přijímá stát další práva stanovená v Evropské sociální chartě podle svého vlastního uvážení.

5.1.3 Evropská Unie

Tato práce jistě neposkytuje dostatečný prostor pro podrobné vysvětlení historie vzniku a vývoje Evropských společenství a následně i Evropské unie. O tomto tématu se tedy zmíním jen velmi stručně.

Po 2. světové válce zástupci států Belgie, Francie, Itálie, Lucemburska, Nizozemska a Německa podepsali Pařížskou smlouvu a založili tak Evropské společenství uhlí a oceli (ESUO). O šest let později, tedy v roce 1957, je Římskou smlouvou založeno Evropské hospodářské společenství (EHS) a Evropské společenství pro atomovou energii (EURATOM). V 1967 se orgány těchto společenství slučují. Jak uvádí Tomeš a Koldinská (2007), tato společenství ve svých dokumentech upravovala sociální problematiku pouze v souvislosti s volným pohybem pracovních sil uvnitř společenství. Hlásila se ale k dokumentům upravujícím lidská práva vydaným jinou organizací - Radou Evropy. Konkrétně se jedná o Úmluvu o ochraně lidských práv a základních svobod (1950) a Evropskou sociální chartu (1961).

Maastrichtská smlouva, nebo také smlouva o Evropské unii, podepsaná v roce 1992 pokládá základy harmonizačních a přibližovacích snah v oblasti práce a sociálních věcí (Tomeš, 2002). Vymezuje „založení EU jako další krok zajišťující sblížení evropských národů, kde rozhodnutí jsou přijímána podle možností co nejbližší k občanu“. (Šrein, 1999, s. 12). Ukotvuje zde tedy tzv. princip subsidiarity. Evropská unie je nadnárodní organizací, která nedisponuje právní subjektivitou.

V oblasti sekundárního práva sociálních věcí hovoříme zejména o právu Evropského společenství (do roku 1992 se jednalo o Evropské hospodářské společenství, jak uvádí Tomeš s Koldinskou, 2007). Orgánům Evropského společenství je zakládacímí smlouvami dáno zmocnění k

vydávání právních předpisů s různou právní silou. Nařízení je předpisem, který má všeobecnou platnost. Vztahuje se tedy na všechny fyzické i právnické osoby ve všech členských státech. Nařízení přímo rozšiřuje právní řád těchto států. Také směrnice je právně závazným předpisem. Ovšem záleží na každém členském státu, jaké formy a metody k jejich naplnění zvolí. V tomto případě je stanovena lhůta, do kdy musí členské státy směrnici implementovat. Každý stát promítá směrnici do svého právního řádu způsobem, jaký je v dané zemi obvyklý, např. jako vládní nařízení nebo jako zákon (Koldinská, 2007, Šrein, 1999, Tomeš, Koldinská, 2007).

Jak uvádí Tomeš s Koldinskou (2007), norem sekundárního sociálního práva Evropské unie v oblasti sociální ochrany nebylo přijato mnoho. Proto hlavním zdrojem sociálního práva je právo primární. Primárním právem Evropské unii se míní zakládající dokumenty.

V současné době Evropská unie usiluje o naplnění cílů tzv. Lisabonské strategie. Na jednání Evropské rady v roce 2000 došlo ke sloučení Lucemburského (zaměřeného na politiku zaměstnanosti), Cardiffského (zaměřeného na strukturální politiku) a Kolínského procesu (zaměřeného na makroekonomický dialog s hospodářskými a sociálními partnery) do procesu Lisabonského. Jedná se o snahu přeměnit Evropskou unii „v nejkonkurenceschopnější a nejdynamičtější znalostní ekonomiku, schopnou udržitelného růstu s více a lepšími pracovními místy a s více posílenou sociální soudržností“ (www.vlada.cz). Lisabonská strategie staví na 3 pilířích – ekonomickém, sociálním a ekologickém. V oblasti sociálního pilíře je kladen důraz na politiku zaměstnanosti a modernizaci evropského sociálního modelu⁷.

⁷ Tento pojem nemá právní zakotvení, jedná se o jakýsi filozofický koncept (Tomeš, Koldinská, 2007)

V oblasti sociální politiky je postupováno v souladu se zásadou subsidiarity. Každý stát má jiné podmínky, a je tedy nezbytné, aby sociální politiku přizpůsobil svým možnostem a potřebám. Nejvhodnější formou pro přibližování právních úprav sociální politiky se dnes jeví tzv. otevřená metoda koordinace, která je využívána v oblasti zaměstnanosti, zdravotnictví a důchodů (Tomeš, Koldinská, 2007). Evropská unie členským státům na tomto poli nic nepřikazuje. Jsou stanoveny pouze společné cíle, ovšem volba cesty a způsobu jejich naplnění je na samotných státech.

Evropská unie se v rámci tzv. otevřené metody koordinace zabývá mimo jiné tedy i oblastí důchodů. Základy pro otevřenou koordinaci na tomto poli byly položeny na zasedání Evropské rady ve Stockholmu v březnu 2001, kde byl zdůrazněn význam modernizace důchodových systémů. Přestože snahy na první pohled směřují k ekonomické stránce věci, při bližším pohledu zjistíme, že důraz je kladen také na další oblasti života seniorů. Ekonomické zabezpečení v penzi jde totiž ruku v ruce s dalšími podmínkami života těchto osob. A proto by důchody měly být přiměřené, zajišťující starším osobám ochranu před chudobou, umožňující udržet si důstojnou životní úroveň. Důchodci by měli mít možnost aktivně se účastnit veřejného, společenského, kulturního a samozřejmě také ekonomického života společnosti. Další klíčovou snahou na tomto poli je zajistit finanční udržitelnost penzijních systémů skrze dosažení vysoké úrovně zaměstnanosti, vytvoření vhodných podmínek pro zapojení starších pracovníků a možnost postupného odchodu do důchodu. Důraz je kladen také na rovnováhu mezi ekonomicky aktivně činnou populací a důchodci tak, aby důchodci měli přiměřené důchody, ale ekonomicky aktivní osoby nebyly nepřiměřeně zatíženy. Samotné penzijní

systemy by se měly přizpůsobovat měnícím se potřebám ekonomiky, společnosti i jednotlivců. To znamená, že by měly být konstruovány tak, aby mobilita pracovní síly uvnitř a mezi členskými státy, ani nestandardní formy zaměstnání nepenalizovaly nároky lidí na důchod, aby penzijní systémy byly transparentní a naplňovaly princip rovného zacházení s ženami a muži (Krebs, 2004).

5. 2 Základní dokumenty České republiky

Výše uvedená otevřená metoda koordinace je rozpracována s ohledem na podmínky České republiky v dokumentu s názvem „Národní strategická zpráva o přiměřených a udržitelných důchodech“. Zprávu vypracovalo Ministerstvo práce a sociálních věcí České republiky a byla schválena vládou České republiky v červnu 2005 (www.mpsv.cz).

Dalším významným dokumentem na národní úrovni je „Národní program přípravy na stárnutí na období let 2008 – 2012 (Kvalita života ve stáří)“ (www.mpsv.cz). Jedná se o základní strategický dokument zaměřený na oblast stárnutí v České republice. Prioritami tohoto programu jsou aktivní stárnutí (ve smyslu ekonomické činnosti), vytvoření prostředí a komunity vstřícné ke stáří, zlepšení zdraví a zdravotnické péče, podpora rodiny a pečovatелů, podpora participace ve společnosti a ochrana lidských práv (www.mpsv.cz).

V roce 2006 vznikla Rada vlády pro seniory a stárnutí populace. Tento poradní a pracovní orgán má 4 skupiny, jež se zabývají dílčími otázkami z oblasti působnosti Rady. Pracovní skupiny byly zřízeny pro zdravotní a sociální politiku, zdravotní a sociální služby, pro trh práce, celoživotní učení a hmotné zabezpečení, pro podporu informovanosti, společenské

participace a odstraňování diskriminace starších lidí a pro bydlení a residenční sociální služby (www.vlada.cz).

5.3 Volnočasové centrum v systému sociálních služeb

Do roku 2007 byly sociální služby vymezeny zákonem č. 100/1988 Sb. Český systém sociálních služeb do té doby znal pouze výchovné a poradenské služby, ústavní sociální péči, pečovatelskou službu, stravování a kulturní a rekreační péči (Koldinská, 2007 a, Michalík, 2008).

1. ledna 2007 nabývá účinnosti zákon č. 108/2006 Sb., o sociálních službách, který vymezuje širší spektrum sociálních služeb. Jednotlivé typy zařazuje do skupin služeb sociálního poradenství, sociální péče a sociální prevence. Stanoví také maximální výši úhrady za poskytování služeb a případnou nutnost uzavřít o poskytování sociální služby písemnou smlouvu mezi uživatelem a poskytovatelem. Zákon přináší popis vymezených sociálních služeb a určuje, jaké základní činnosti ta která služba obsahuje. Poskytuje tedy jakýsi rámec, do kterého se musí poskytovaná služba vejít, určuje pravidla, která musí být dodržena. Ovšem zároveň dává dostatek prostoru pro vytvoření pestré škály služeb. Například dvě různé sociálně aktivizační služby pro seniory a osoby se zdravotním postižením mohou mít úplně jinou podobu. Vždy se ale musí střetávat v oblastech, které stanoví zákon. Konkrétní podoba jednotlivých služeb je vymezena v tzv. standardech kvality sociálních služeb, které jsou zpracovávány pro každou službu.

Podle mého názoru by pro volnočasové centrum pro seniory tak, jak jej v této práci popisuji, byla nejvhodnější registrace podle § 66 zákona 108/2006 Sb. Jedná se o výše zmíněné sociálně aktivizační služby pro

seniory a osoby se zdravotním postižením. Zákon č. 108/2006 Sb. a vyhláška Ministerstva práce a sociálních věcí č. 505/2006 Sb. tento druh služby řadí mezi služby sociální prevence a vymezuje její obsah následovně: Sociálně aktivizační služby jsou ambulantní, popřípadě terénní služby poskytované osobám v důchodovém věku nebo osobám se zdravotním postižením ohroženým sociálním vyloučením. Služba obsahuje tyto základní činnosti:

- zprostředkování kontaktu se společenským prostředím - zájmové, vzdělávací a volnočasové aktivity
- sociálně terapeutické činnosti - socioterapeutické činnosti, jejichž poskytování vede k rozvoji nebo udržení osobních a sociálních schopností a dovedností podporujících sociální začleňování osob
- pomoc při uplatňování práv, oprávněných zájmů a při obstarávání osobních záležitostí - pomoc při komunikaci vedoucí k uplatňování práv a oprávněných zájmů a pomoc při vyřizování běžných záležitostí (Zákon 108/2006 Sb., § 66 a vyhláška Ministerstva práce a sociálních věcí č. 505/2006 Sb., § 31)

V případě této služby zákon nevyžaduje, aby byla uzavřena smlouva písemnou formou, stačí ústní ujednání. Dále platí, že sociálně aktivizační služby pro seniory a osoby se zdravotním postižením musí být uživatelům poskytovány bez úhrady.

A proč vlastně činnost volnočasového centra pro seniory zařadit mezi sociální služby cestou registrace? Jedním z významných důvodů je získání přístupu k dotacím ze státního rozpočtu. Přestože senioři tvoří značnou část dospělé populace, a tedy i potencionálních voličů, a finanční prostředky na provoz volnočasového centra pro seniory by bylo z tohoto důvodu možné najít např. v rozpočtu města (mnohá města již dnes financují alespoň kluby důchodců, které poskytují služby na neprofesionální

bázi), je dobré mít otevřenou cestu k více zdrojům financování. Podle zákona o sociálních službách je dotace ze státního rozpočtu poskytována prostřednictvím rozpočtu kraje poskytovatelům sociálních služeb, kteří jsou zapsáni v registru poskytovatelů sociálních služeb. Tato dotace je poskytována za účelem financování běžných výdajů souvisejících s poskytováním sociálních služeb. Dotace však ve skutečnosti nemusí být poskytnuta v potřebné výši, případně nemusí být poskytnuta vůbec. Registrace sociální služby ale v každém případě alespoň do jisté míry chrání její uživatele. Registrované služby se řídí standardy kvality sociálních služeb, které musejí být v souladu s platnou legislativou a musejí respektovat další principy, jako je například důraz na podporu samostatnosti, sociálního začleňování, lidskou důstojnost nebo nutnost vycházet z individuálních potřeb osob. Registrované služby podléhají inspekci sociálních služeb, která je orientována na plnění podmínek stanovených pro registraci poskytovatelů služeb⁸ a kvalitu poskytovaných služeb.

Nezanedbatelnou výhodou registrovaných služeb je také nutnost poskytování služeb kvalifikovanými pracovníky.

⁸ Tyto podmínky stanoví zákon č. 108/2006 Sb.

5.4 Dobrovolnictví

Řada poskytovatelů sociálních služeb využívá neplacené práce dobrovolníků. I v potencionálním volnočasovém centru pro seniory je možné a žádoucí se o dobrovolnickou práci opírat. Dobrovolníci pracují zpravidla na základě písemné dohody bez nároku na odměnu, přičemž jim mohou být uhrazeny vzniklé náklady, např. na dopravu.

Základním právním dokumentem, který se touto problematikou zabývá, je zákon č. 198/2002 Sb., o dobrovolnické službě a o změně některých zákonů. První odstavec paragrafu 1 říká, že „tento zákon upravuje podmínky, za kterých stát podporuje dobrovolnickou službu organizovanou podle tohoto zákona a vykonávanou dobrovolníky bez nároku na odměnu“. Zákon dále definuje pojmy dobrovolník, dobrovolnická služba, vysílající organizace a přijímající organizace.

Dobrovolnická služba podle tohoto zákona je činnost, v rámci které dobrovolník poskytuje pomoc například nezaměstnaným, zdravotně postiženým osobám, seniorům, příslušníkům národnostních menšin, imigrantům, dětem a rodinám. Dobrovolnická služba zahrnuje pomoc při přírodních, ekologických a humanitárních katastrofách, při ochraně životního prostředí, pořádání kulturních a charitativních akcích apod.⁹ Zákon nám také říká, kdy se o dobrovolnickou službu nejedná. Zde jde o činnosti směřující k uspokojení osobních zájmů a dále aktivity v podnikatelské či jiné výdělečné činnosti, pracovněprávním vztahu, služebním či členském poměru. Dobrovolník může mít hrazeno důchodové pojištění a státem mu může být hrazeno pojistné veřejného zdravotního pojištění v případě, že jeho činnost přesáhne 20 hodin týdně. Vysílající organizace je podle tohoto zákona

⁹ Celkový výčet skupin a situací, v jejichž prospěch je dobrovolnická služba vykonávána, podává § 2 zákona č. 198/2002 Sb.

právnícká osoba se sídlem v České republice, která vybírá, eviduje a připravuje dobrovolníky na dobrovolnickou službu a uzavírá s nimi smlouvu, pokud má udělenou akreditaci Ministerstva vnitra České republiky. Výhodou získání akreditace je, že tato organizace může dostávat od ministerstva dotace na krytí například pojistného, na úhradu části výdajů na evidenci, přípravu a výkon dobrovolnické služby. Tato organizace před vysláním dobrovolníka uzavírá pojistnou smlouvu za odpovědnost za škodu na majetku nebo na zdraví, které dobrovolník při výkonu své dobrovolnické služby způsobí neúmyslně nebo mu bude při výkonu služby způsobena.

Přijímající organizace je definována jako osoba, v jejíž prospěch je dobrovolnická činnost vykonávána. Tato osoba uzavírá smlouvu s vysílající organizací. Smlouva obsahuje podmínky, předmět a dobu výkonu služby, způsob ubytování a stravování, vybavení pracovními a ochrannými prostředky apod. (zákon č. 198/2002 Sb., o dobrovolnické službě a o změně některých zákonů).

Ovšem i organizace, které nemají akreditaci pro dobrovolnickou službu nebo s takovou organizací nespolupracují, mohou využívat práce dobrovolníků. V tomto případě se pak řídí zákonem č. 40/1964 Sb., občanský zákoník, § 724 a následující.

Zákon o dobrovolnické službě však není jediným dokumentem, který se věnuje dobrovolnictví. Pro potenciální dobrovolníky je dobré také vědět, že zákon č. 435/2004 Sb., o zaměstnanosti umožňuje, aby dlouhodobá dobrovolnická služba, která překračuje v průměru alespoň 20 hodin týdně, byla považována jako náhradní doba zaměstnání. Znamená to, že při posuzování nároku na podporu v nezaměstnanosti se tato doba započítává jako doba zaměstnání. Je tomu tak ale pouze v případě, že dobrovolník vykonává svou činnost na základě smlouvy

s vysílající organizací, která získala akreditaci Ministerstva vnitra pro oblast dobrovolnické služby.

Podle zákona č. 111/2006 Sb., o pomoci v hmotné nouzi výkon dobrovolnické činnosti rozšiřuje možnost příjemce příspěvku na živobytí získat tuto dávku ve vyšší částce než osobě, která je méně aktivní. Zvýhodnění v této oblasti se týká dobrovolníků, kteří vykonávají dobrovolnickou činnost v rozsahu alespoň 20 či 30 hodin měsíčně.

Zákon č. 155/1995 Sb., o důchodovém pojištění umožňuje, aby za osobu, která vykonává dlouhodobou dobrovolnickou službu na základě smlouvy s vysílající organizací, bylo hrazeno důchodové pojištění (pojištění může hradit vysílající organizace). Doba se potom započítává do nároku na důchod. Tato možnost se však uplatňuje pouze v případě, že dobrovolník není účasten důchodového pojištění z jiného titulu, jako je např. evidence úřadu práce jako uchazeč o zaměstnání v podpůrčí době či při rekvalifikaci.

5.5 Možnosti financování

V případě volnočasového centra pro seniory přicházejí v oblasti financování provozu v úvahu zejména následující zdroje: státní rozpočet, rozpočet kraje či obce, dary, vlastní zdroje organizace, která služby poskytuje, a v případě, že by služba nebyla registrovaná podle § 66 zákona č. 108/2006 Sb., také úhrady od samotných uživatelů služby¹⁰.

Stát financuje sociální činnosti z přímých či nepřímých daní nebo z jiných příjmů a majetku (Tomeš, 2001). Finanční prostředky ze státního rozpočtu tvoří značnou část pokrytí financování sociálních služeb.

Sociální služby jsou v současné době financované dvěma základními způsoby. Za prvé je ze státního rozpočtu vyplácen příspěvek na péči osobám, které jsou závislé na pomoci jiné fyzické osoby. Tento příspěvek je určen k zajištění potřebné pomoci, a tudíž by jistá část měla proudit do systému sociálních služeb jako úhrada za služby, u nichž je úhrada povolena. A za druhé stát poskytuje dotace přímo poskytovatelům sociálních služeb, kteří jsou zapsáni v registru poskytovatelů sociálních služeb. Podle zákona č. 108/2006 Sb., o sociálních službách je dotace poskytována za účelem financování běžných výdajů, které souvisejí s poskytováním sociálních služeb a jsou v souladu se střednědobým plánem rozvoje sociálních služeb. O dotaci musí poskytovatelé žádat. Poté jsou vypláceny prostřednictvím rozpočtu kraje, který se také podílí na finanční kontrole jejich využití. Zákon také hovoří o možnosti tzv. účelových dotací, které jsou udělovány sociálním službám s celostátním či nadregionálním charakterem, na činnosti rozvojové povahy (např. vzdělávání pracovníků v sociálních službách, na

¹⁰ Podle zákona č. 108/2006 Sb. jsou sociálně aktivizační služby pro seniory a osoby se zdravotním postižením poskytovány bez úhrady uživatelů.

podporu kvality sociálních služeb) nebo v případě mimořádných událostí (např. živelní pohroma, požár, ekologická nebo průmyslová havárie).

Veřejná samospráva (zejména kraje a obce) získává zdroje na podporu sociálních služeb ze státního rozpočtu, z poplatků a daní, z vlastní ekonomické činnosti a z darů a dědictví.

Objem a rozložení finančních prostředků mezi jednotlivé skupiny služeb z veřejných zdrojů ukazuje následující tabulka.

Tabulka č. 1

Dotace územních rozpočtů a dotace MPSV pro rok 2008

Rok 2008	Péče	Poradenství	Prevence	Celkový součet
Podíl dotací z územních rozpočtů	2 594 609 692	77 205 452	432 334 646	3 104 149 790
Podíl dotace MPSV	5 434 794 900	204 832 400	883 114 700	6 522 733 000
Celkem dotace	8 029 404 592	228 028 852	1 315 449 346	9 626 882 790

Zdroj: Michalík, J. Smluvní vztahy v sociálních službách, s. 25

Organizace poskytující sociální služby mohou získávat prostředky formou sponzorských darů. Nejen že sponzor přispívá na realizaci prospěšného zájmu, ale navíc je zde daňově zvýhodněn. Jak uvádí Tomeš (2002), lidé rádi přispívají na konkrétní účely a na řešení témat v obci či blízkém regionu.

Dalšími možnými zdroji pro financování sociálních služeb jsou členské příspěvky, dary, výtěžky ze sbírek a dalších vlastních činností (např. vyrábí-li a prodává

organizace nějaké výrobky) či příjmy z pronájmu budov, které vlastní.

Nezanedbatelným zdrojem sociálních služeb je přímá úhrada od uživatele služby. Pokud by ale volnočasové centrum pro seniory bylo registrováno jako sociální služba podle § 66 zákona č. 108/2006 Sb., o sociálních službách, jak jsem nastínila výše, není tato možnost financování možná.

6. Volnočasové centrum pro seniory v praxi

Jak již bylo uvedeno, volnočasová nebo také komunitní centra v České republice stále ještě nepatří ke standardnímu vybavení měst a obcí. Ve velké části obcí existují kluby seniorů, které poskytují jen velmi omezené možnosti trávení volného času této cílové skupiny. Zpravidla se jedná pouze o poskytnutí prostoru pro setkávání se s druhými lidmi, možnost zapůjčení si jednoho či dvou druhů časopisů, besídky a občasně přednášky. Přestože se senioři zdají být s nabízenou škálou služeb spokojeni, ve výzkumu vzorku více než 200 osob v Jihlavě (Radová, 2008) bylo zjištěno, že existuje značný zájem o rozšířené možnosti volnočasového vyžití. Tento výzkum proběhl na jaře roku 2008 v jednom z jihlavských sídlišť a participovalo na něm celkem 204 osob ve starobním důchodu, z nichž bylo 79 mužů a 125 žen. Všichni z respondentů žijí na výše zmíněném sídlišti nebo zde navštěvují klub důchodců. Následující data jsou výstupy z tohoto výzkumu.

Tabulka č. 2

Charakteristiky výzkumného souboru podle pohlaví a věku v absolutních počtech

Věk	60 a méně	61-65	66-70	71-75	76-80	81 a více	Celkem
Muži	4	24	22	14	11	4	79
Ženy	8	23	20	25	29	20	125
Celkem	12	47	42	39	40	24	204

Senioři byli vyzváni, aby si představili volnočasové centrum, které poskytuje své služby zdarma nebo za symbolický poplatek. V souvislosti s tímto centrem byli

dotázání na aktivity, které by podle jejich názoru a zálib mělo nabízet.

Nejvíce vyžadovanou možností, kterou by mělo toto centrum podle seniorů nabízet, je prostor pro setkávání se s přáteli a známými. V této volbě se patrně odráží zkušenost s kluby důchodců, které poskytují převážně právě tuto výhodu pro trávení volného času, a jejich vnímání jako dobré varianty, kam si jít „posedět“. Kluby důchodců, poskytující pro některé seniory jakýsi vzor volnočasové organizace, nabízí tedy spíše prostory než program. Z předchozího šetření vyplynulo, že senioři navštěvující kluby důchodců v první řadě opravdu hledají prostor pro realizaci sociálních kontaktů a až poté nějaké konkrétní zájmové činnosti (Radová, 2007).

Všechny varianty, které by senioři považovali za vhodné zařadit do programu volnočasového centra, jsou uvedeny v následující tabulce. Tato tabulka zohledňuje pouze validní data, a pracuje tedy s celkovým počtem 200 vyplněných dotazníků (n=200), u kterých neabsentovalo zodpovězení příslušné otázky. Odpověď ano znamená, že by aktivita měla být zařazena do repertoáru činností centra. Odpověď ne znamená opak, tedy že senioři o tuto činnost nemají zájem.

Tabulka č. 3 Preferované aktivity volnočasového centra

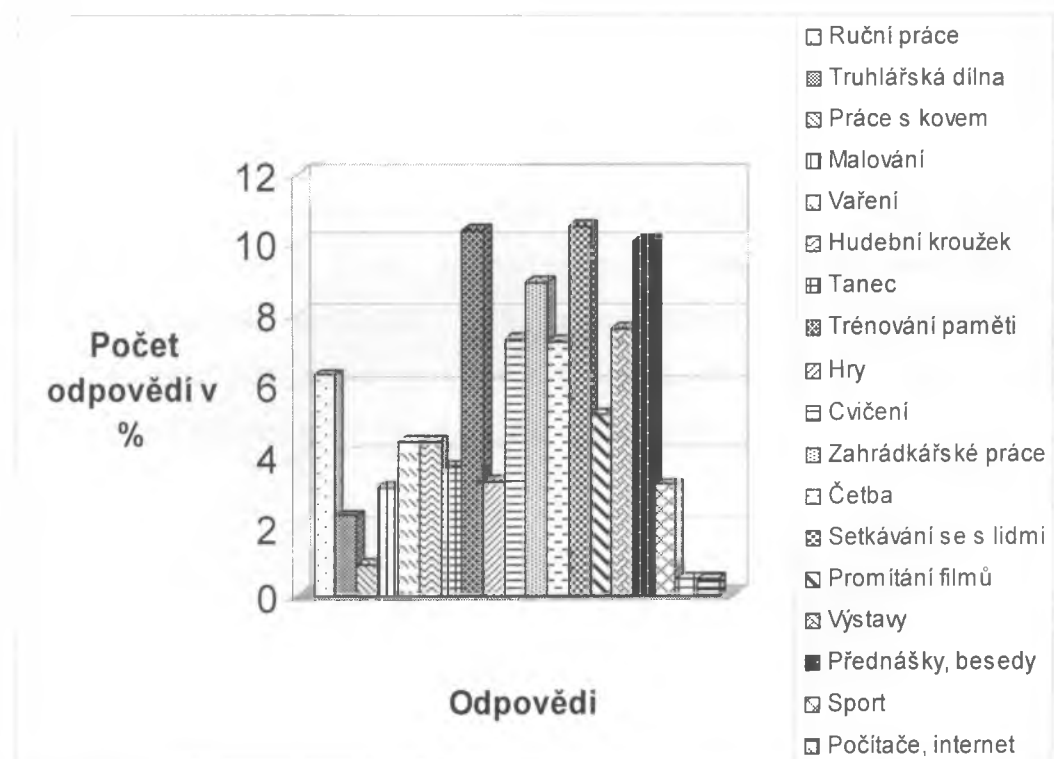
Činnost	Odpovědi ano		Odpovědi ne		Celkem %
	Absolutní počty	Procenta	Absolutní počty	Procenta	
Kroužek ručních prací	47	23,5	153	76,5	100
Truhlářská dílna	17	8,5	183	91,5	100
Práce s kovem	7	3,5	193	96,5	100
Kroužek malování	23	11,5	177	88,5	100
Kroužek vaření	33	16,5	167	83,5	100
Hudební kroužek	33	16,5	167	83,5	100
Taneční kroužek	28	14	172	86	100
Trénování paměti	78	39	122	61	100
Hry	25	12,5	175	87,5	100
Cvičení	55	27,5	145	72,5	100
Zahradkářské práce, péče o rostliny	67	33,5	133	66,5	100
Četba	54	27	146	73	100
Prostor pro setkávání se se známými	79	39,5	121	60,5	100
Promítání filmů	39	19,5	161	80,5	100
Výstavy	57	28,5	143	71,5	100
Přednášky, besedy	76	38	124	62	100
Sport	24	12	176	88	100
Počítače, internet	4	2	196	98	100
Jiné	4	2	196	98	100
Celkem	750		3 050		

Z tabulky je patrné, že nejvíce požadovanou výhodou volnočasového centra je poskytnutí prostoru pro setkávání se s přáteli a známými. Druhou nejvíce preferovanou možností potencionálního volnočasového centra je pro seniory trénování paměti, dále pak přednášky a besedy na různá témata, zahrádkářské práce a péče o rostliny, výstavy, cvičení a četba. Již méně, stále ne však zanedbatelně, byly zastoupeny odpovědi žádající specifické kroužky. Jedná se například o hudební kroužek nebo kroužek ručních prací, zahrnující šití, vyšívání apod.

Pro porovnání preferencí jednotlivých činností nabízím následující graf, který ukazuje pouze rozložení odpovědí ano (n=750).

Graf č. 1

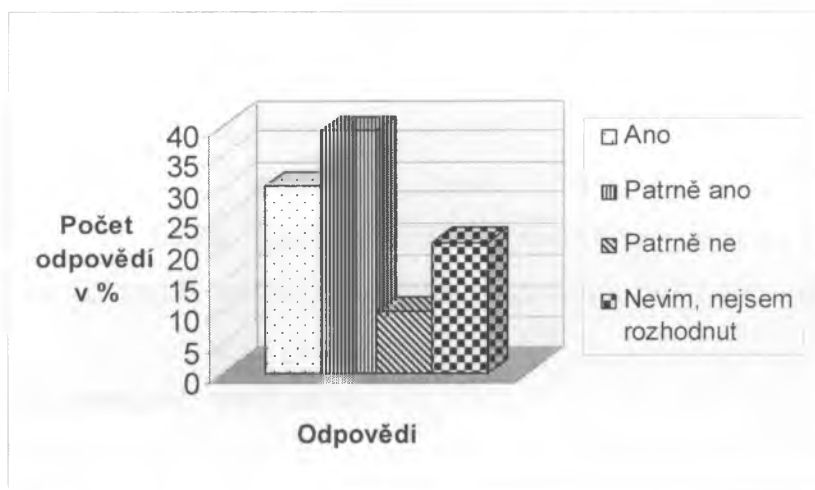
Souhrn preferovaných aktivit



Klíčovou otázkou tohoto šetření je, zda senioři vůbec uvažují o tom, že by bylo zřízení takového centra vhodné. Procentuální rozložení odpovědí ukazuje následující graf.

Graf č. 2

Zájem o vznik volnočasového centra - Odpovědi na otázku, zda by respondenti uvítali vznik tohoto centra



Z grafu vyplývá jednoznačná převaha pozitivních odpovědí. Celých 69% dotázaných seniorů by patrně přivítalo vznik nového volnočasového centra, poskytujícího řadu možností trávení volného času s přispěním samotných seniorů. Na druhé straně pouhých 10% respondentů se domnívá, že takové centrum není potřeba a dalších 21% si není jisto, zda se přiklonit k té či oné odpovědi.

6.1 Možná podoba volnočasového centra pro seniory

Volnočasové centrum pro seniory by mohlo být zřízeno např. jako příspěvková organizace kraje či obce, jako církevní právnická osoba (podle zákona č. 3/2002 Sb., o svobodě náboženského vyznání a postavení církví a náboženských společností) nebo jako obecně prospěšná společnost (podle zákona č. 248/1995 Sb., o obecně prospěšných společnostech). Patrně nejjednodušším způsobem je založení občanského sdružení podle zákona č. 83/1990 Sb., o sdružování občanů¹¹.

Následující stránky budu věnovat náčrtu jakési minimální - úzké podoby volnočasového centra a centra, které zajišťuje svým klientům širokou nabídku aktivit.

6.1.1 Minimální varianta

Volnočasové centrum pro seniory na minimální úrovni může poskytovat:

- prostor pro setkávání se s ostatními uživateli služby
- časová banka (burza služeb) - Tato služba staví na možnosti využití komunitních neprofesionálních zdrojů pomoci. Uživatelé si mohou poskytovat služby navzájem (např. výměna drobné opravy v domácnosti za paličkovanou ozdobu). Komunitní centrum umožní zprostředkování těchto služeb vytvořením informační databáze a zveřejněním nabídky a poptávky na nástěnce v centru.
- přednášky zdarma (např. pracovníci orgánů veřejné správy o novinkách v důchodech a sociálních dávkách, prodejci kompenzačních pomůcek o jimi nabízených výrobcích, příslušníci policie o bezpečnosti)

¹¹ Více o právních formách poskytovatelů služeb viz např. Matoušek, O., Koldinská, K. Úvod In Matoušek, O. a kol. Sociální služby, 2007

- aktivity zajišťované dobrovolníky, které nevyžadují další náklady. Skladba aktivit závisí na počtu a schopnostech dobrovolníků. Může se jednat například o literární kroužek, přednášky zdarma, cvičení apod.

Prostorové vybavení:

- 1 místnost o výměře 80 m²
- kancelář

Personální zajištění:

- vedoucí zařízení a koordinátor dobrovolníků (úvazek 1,0)
- pomocný pracovník - osoba, která je přítomna po celou otevírací dobu komunitního centra, otevírá uživatelům, provádí úklid a drobnou údržbu (úvazek 1,0)

Předpokládaný počet uživatelů: 50 osob měsíčně

Otevřeno ve všední dny od 10 do 17

Následující tabulky podávají přehled o možných výdajích volnočasového centra.

Tabulka č. 4

Podrobný rozpočet s popisem pro první rok působení komunitního centra

Položka	Popis	Jednorázová investice	Měsíčně	Ročně
Hrubé mzdy	Pomocný pracovník hrubá mzda 8000 Vedoucí zařízení hrubá mzda 10 000		8 000 10 000	96 000 120 000
Odvody na zdravotní a sociální pojištění			6 120	73 440
Kancelářské potřeby			500	6 000
Vybavení centra	Počítač Nábytek (8 stolů - 1 za 1500 Kč, 36 židlí - 1 za 1000 Kč)	15 000 12 000 36 000		15 000 12 000 36 000
Úklidové prostředky	Pomůcky Přípravky na čištění	1 000	300	1 000 3 600
Energie	Voda + elektřina		1 500	18 000
Údržba			300	3 600
Telefon			500	6 000
Internet			500	6 000
Poštovné			100	1 200
Nájemné	1 klubová místnost + 1 kancelář		12 000	144 000
Ekonomické a právní služby			500	6 000
propagace	Cedule, letáky		500	6 000
Celkem		64 000	40 820	553 840

Tabulka č. 5
Roční rozpočet

Položka	1. rok (jednorázové i opakované náklady)	Následující rok (jen opakované náklady)
Hrubé mzdy	216 000	216 000
Odvody na zdravotní a sociální pojištění	73 440	73 440
Kancelářské potřeby	6 000	6 000
Vybavení centra	63 000	0
Úklidové prostředky	4 600	4 600*
Energie	18 000	18 000
Údržba	3 600	3 600
Telefon	6 000	6 000
Internet	6 000	6 000
Poštovné	1 200	1 200
Nájemné	144 000	144 000
Ekonomické a právní služby	6 000	6 000
propagace	6 000	6 000
Celkem	553 840	490 840

*Předpoklad, že úklidové pomůcky bude potřeba kupovat každý rok

6.1.2 Maximální varianta

Bohatší varianta volnočasového centra pro seniory může poskytovat následující služby:

- časová banka (burza služeb), jejíž podstata je popsána výše.
- výlety - 4x ročně, vždy pro cca 30 osob (hrazena doprava)
- 2 denní zájezd 2x ročně, vždy pro cca 30 osob

- přednášky s placenými lektory (1x měsíčně)
- přednášky neplacené - např. pracovníci veřejné správy o novinkách v dávkách, prodejci kompenzačních pomůcek, policie apod. (1x za 2 měsíce)
- oslavy jubilantů s pohoštěním - 4x ročně
- taneční zábava 1x měsíčně (hrazena hudba)
- cvičení s kvalifikovaným pracovníkem 2x týdně
- plavání 1x týdně
- dílna, např. truhlářská
- kroužek šití, háčkování, pletení a jiných ručních prací (2x týdně)
- kroužek malování (1x týdně)
- hudební kroužek (2x týdně)
- trénování paměti (2x týdně)
- zahrádkářský kroužek, péče o rostliny (2x týdně), možnost péče o rostliny i mimo dobu kroužku
- promítání filmů (2x týdně)
- přístup k počítači zdarma
- noviny a časopisy k zapůjčení zdarma (1 deník denně + 2 časopisy týdně)
- knihovna
- literární kroužek (1x týdně)
- zajištění stravování (dohoda s externím dodavatelem, stravu si hradí klienti sami)
- dovoz a odvoz klientů (externí služba, hrazena z rozpočtu komunitního centra)
- oslavy svátků (Velikonoce a Vánoce) s pohoštěním
- vydávání časopisu komunitního centra 1x měsíčně v nákladu 100 kusů

Prostorové zázemí:

- 2 místnosti (klubovna a dílna) o výměře celkem 110m²
- kancelář
- zahrada

Personální zabezpečení:

- vedoucí zařízení (úvazek 1,0)
- koordinátor dobrovolníků a aktivit (úvazek 1,0)
- pomocný pracovník - osoba, která je přítomna po celou otevírací dobu komunitního centra, otevírá uživatelům, provádí úklid a drobnou údržbu (úvazek 1,0)
- dobrovolníci (na počtu a povaze dobrovolníků - jejich dovednostech a znalostech - závisí další program)
- externí spolupracovníci

Předpokládaný počet u živitelů: 50 osob měsíčně

Návrh týdenního programu:

Otevřeno ve všední dny 10 - 18 hodin

V pátek do 22 hodin

Následující tabulka ukazuje možný časový rozvrh volnočasových aktivit.

Tabulka č. 6

Návrh týdenního programu

Den /	10:00 -	11:30 -	12:30 -	14:00 -	15:30 -	18:00 -
Čas	11:30	12:30	14:00	15:30	17:00	22:00
Po	Kroužek ručních prací	Oběd	Trénová- ní paměti	Kurz práce na PC	Zahrád- kářský kroužek	
Út	Zahrád- kářský kroužek	Oběd	Promítán í filmu	Cvičení	Kroužek malování	
St		Oběd	Hudební kroužek	Literární kroužek		
Čt	Cvičení	Oběd	Trénován í paměti	1. týden v měsíci přednáška 3. týden v měsíci únoru, květnu, srpnu a listopadu setkání jubilantů 4. týden v měsíci 1x za 2 měsíce neplacená přednáška	Plavání	
Pá	Hudební kroužek	oběd	Promítá- ní filmů	Kroužek ručních prací		Taneč- ní večer

- v době, kdy není program, je místnost k dispozici pro rozhovor - setkávání se s ostatními
- Během celé otevírací doby je k dispozici možnost posezení na zahradě, přístup k počítačům, četba knih

a časopisů a další aktivity, které svou povahou nenarušují činnosti uvedené v rozvrhu aktivit. Lze předpokládat, že realizace těchto aktivit představuje náklady uvedené v následující tabulce.

Tabulka č. 7

Podrobný rozpočet s popisem pro první rok fungování komunitního centra

Položka	Popis	Jedno- rázová investi- ce	Měsíčně	Ročně
Hrubé mzdy	Vedoucí zařízení		24 000	288 000
	Koordinátor aktivit a dobrovolníků		16 000	192 000
	Pomocný pracovník		10 000	120 000
DPČ	Lektor cvičení		2 400	28 800
	Lektor trénování paměti		2 400	28 800
DPP	Přednášející		800	9 600
Odvody na zdravotní a sociální pojištění ke mzdám k DPČ			17 000	204 000
			1632	19 584
Kancelářské potřeby	Včetně nákladů na tisk časopisu komunitního centra		2 500	30 000
Vybavení centra	6x Počítač (1 kus = 15000 Kč)	90 000		90 000
	Tiskárna s kopírkou	15 000		15 000
	Nábytek - 8 stolů (1 kus = 1 500 Kč)	12 000		12 000
	- 34 židlí (1 kus = 1 000 Kč)	34 000		34 000

	- úložné prostory	8 000		8 000
	Vybavení truhlářské dílny	20 000		20 000
	Hudební nástroje	50 000		50 000
	Šicí stoj, další pomůcky pro kroužek ručních prací	25 000		25 000
	Pomůcky pro kroužek malování	10 000		10 000
	Pomůcky pro trénování paměti	5 000		5 000
	Zahradnické nářadí	20 000		20 000
	Televizor + DVD přehrávač	25 000		25 000
	Stolní hry	2 000		2 000
Materiál	Pro kroužek ručních prací, malování, rostliny		1 000	12 000
Energie			2 000	24 000
Údržba			500	6 000
Úklidové prostředky	Úklidové pomůcky	1 000		1 000
	Přípravky na čištění		400	4 800
Telefon			3 000	36 000
Internet			1 000	12 000
Poštovné			150	1 800
Nájemné	2 místnosti, kancelář, zahrada		20 000	240 000
Ekonomické a právní služby			2 000	24 000
Audit				7 000
propagace	Cedule, letáky, webové stránky, placená inzerce		2 000	24 000
Ostatní služby	Doprava na výlety, zájezdy, ubytování			120 000
	Doprava klientů do a z komunitního centra		16000	192 000
	Hudba (taneční		3000	36 000

	večery) Půjčovné DVD Televizní poplatky Pojištění, daně, poplatky		400 135 500	4 800 1 620 6000
Potraviny	Oslavy jubilantů, svátky			14 000
Noviny, časopisy, knihy	1 deník denně, 2 časopisy týdně		1660	19 920
Vstupné	Vstupné na bazén (odhad 20 osob)		4000	48 000
Celkem		317 000	134 477	2 071 724

Tabulka č.8

Rozpočet pro první a následující rok

	1. rok	Následující rok
Hrubé mzdy	600 000	600 000
DPČ	57 600	57 600
DPP	9 600	9 600
Odvody na zdravotní a sociální pojištění	223 584	223 584
Kancelářské potřeby	30 000	30 000
Vybavení centra	316 000	0
Materiál	12 000	12 000
Úklidové prostředky	5 800	5 800*
Knihy a časopisy	19 920	19 920
Potraviny	14 000	14 000
Vstupné	48 000	48 000
Energie	24 000	24 000
Údržba	6 000	6 000
Telefon	36 000	36 000
Internet	12 000	12 000
Poštovné	1 800	1 800
Nájemné	240 000	240 000
Ekonomické a právní služby	24 000	24 000
Audit	7 000	7 000
propagace	24 000	24 000
Ostatní služby	360 420	360 420
Celkem	2 071 724	1 755 724

*Předpoklad, že úklidové pomůcky bude potřeba kupovat každý rok

6.1.3 Možné zdroje

V následujícím textu se pokusím ukázat některé možné zdroje volnočasového centra pro seniory.

Prvotní investice by podle mého názoru bylo vhodné získat od úřadu obce. Ten by mohl investovat do základního vybavení volnočasového centra a nastartování jeho provozu. Vzhledem k tomu, že senioři tvoří nezanedbatelnou část voličů, je možné, že na straně zástupců místní samosprávy skutečně bude ochota financovat zřízení a provoz tohoto centra¹².

Mzdové náklady mohou z podstatné části pokrýt dotace místního úřadu práce za předpokladu, že budou splněny některé další podmínky¹³. Podmínky přiznání a výše příspěvků se liší podle jednotlivých úřadů práce. Svůj vliv zde má úroveň nezaměstnanosti v dané oblasti a pravidla daná na začátku roku jednotlivými úřady práce. Pokud budeme počítat se dvěma zaměstnanci (v užší variantě volnočasového centra), z nichž např. jeden může být bez kvalifikace a druhý může být ve věku vyšším 55 let, je možné využít institutu veřejně prospěšných prací a společensky účelného místa.

Pro pracovní místo pomocného pracovníka by bylo možné získat v rámci veřejně prospěšných prací např. 10 000 Kč měsíčně v Ústí nad Labem po dobu 9 měsíců nebo 11 000 Kč měsíčně v Jihlavě po dobu 12 měsíců. Pokud budeme chtít místo vedoucího zařízení obsadit např. nezaměstnanou osobou starší 55 let, můžeme zřídit společensky účelné pracovní místo a získat od jihlavského úřadu práce 5 000 Kč měsíčně po dobu 6 měsíců nebo 13 400 Kč¹⁴ měsíčně po dobu 12 měsíců v Ústí nad Labem¹⁵.

¹² Např. Magistrát města Ústí nad Labem tento rok poskytl nestátní neziskové organizaci dotaci na zřízení a provoz klubu seniorů 500 000 Kč.

¹³ Podrobné vymezení nástrojů aktivní politiky zaměstnanosti obsahuje zákon č. 435/2004 Sb., o zaměstnanosti a vyhláška č. 518/2004 Sb., kterou se provádí zákon o zaměstnanosti.

¹⁴ Úřad práce v Ústí nad Labem podporuje společensky účelné místo pro osoby starší 55 let do výše skutečných mzdových nákladů, nejvýše však do 14 000 Kč.

Podle mého názoru však aplikace těchto nástrojů zaměstnanosti v praxi volnočasového centra nebude tak jednoduchá. U pozice vedoucího zařízení by se např. do popředí výběru měl dostat spíše důraz na kvalifikaci pracovníka, než skutečnost, že místní úřad práce nabízí pro pracovní pozici osobu ve věku vyšším 55 let.

Pokud si volnočasové centrum zaregistruje sociální služby podle zákona č. 108/2006 Sb., může žádat o dotace ministerstvo práce a sociálních věcí. Na dotaci však podle uvedeného zákona není právní nárok. Tyto registrované sociální služby také nemohou být financovány přímými úhradami od uživatelů.

Pokud služba nebude registrovaná jako sociálně aktivizační služby pro seniory a osoby se zdravotním postižením, je možné získávat finanční prostředky také formou přímé úhrady za služby od uživatelů.

V každém případě však organizace může získávat dary od fyzických a právnických osob - podnikatelských subjektů, nadací a nadačních fondů. Postupem času by se organizace měla naučit tyto zdroje získávat.

Dalším významným zdrojem může být krajský úřad za předpokladu, že vypíše příslušné dotační řízení.

¹⁵ Záměrem výběru příkladů Úřadu práce v Jihlavě a v Ústí nad Labem bylo ukázat rozdílné možnosti, kterých lze využít v různých městech.

Tabulka č. 9

Přehled možných zdrojů volnočasového centra

Zdroj	Výše finanční podpory 1. rok	Výše finanční podpory následující rok
Úřad práce v Jihlavě	162 000	0
/	/	/
Úřad práce v Ústí n. L.	280 800	0
Úřad obce	200 000	100 000
Ostatní zdroje	191 840 / 73 040	390 840
Celkem	553 840	490 840

Přehled předpokládaných zdrojů je orientační. Skutečné zdroje nelze přesně odhadnout - u některých úřadů obcí může být vůle k financování volnočasového centra na vysoké úrovni, jiné podpoří tuto službu minimálně. Také místní úřady práce podporují zřizování pracovních míst nestejnou měrou. Na pracovní místo se nemusí podařit získat pracovníka, který odpovídá požadavkům volnočasového centra a zároveň požadavkům úřadu práce pro získání dotace. Stejně tak volnočasová centra jistě budou různě úspěšná v dotačním řízení Ministerstva práce a sociálních věcí, krajských úřadů a při získávání zdrojů z nadací či od soukromých podnikatelů v regionu. Okolností financování volnočasových center je celá řada. Vždy záleží na konkrétních podmínkách dané služby i na možnostech regionu. Protože v právním řádu není zakotvena ničí povinnost zřizovat taková centra, jejich vznik a provoz patrně většinou bude závislý na iniciativě a schopnostech osob, které budou mít dostatek chuti takovou službu zřídit, a na dotační politice krajů a měst.

Závěr

Tato rigorózní práce nastiňuje možnou podobu volnočasového centra pro seniory, ve které se odráží informace o preferencích v oblasti trávení volného času seniorů. Zaměřuje se na vhodnou podobu volnočasového centra a jím nabízených aktivit z pohledu osob ve vyšším věku a na sociálně politické aspekty volnočasového centra pro seniory.

V citovaném výzkumu (Radová, 2008) bylo zjištěno, že budeme-li pohlížet na potřebu ve smyslu potřeby pocítované, je možné konstatovat, že potřeba volnočasového centra v místě realizace výzkumu existuje. Více než dvě třetiny z celkového počtu dotazovaných chce, aby na jejich sídlišti fungovalo volnočasové centrum, nabízející rozmanité způsoby trávení všedního dne, to ovšem za předpokladu, že od nich nebude vyžadována aktivita a angažovanost nad rámec role konzumentů služby. Senioři by sice chtěli nové volnočasové centrum, ovšem vykazují pasivitu v zájmu o jeho formování (Radová, 2008). Z tohoto poznatku plyne jasná informace o tom, že v případě zřízení takového centra musí na jeho činnosti participovat jiní - placení pracovníci.

V poslední kapitole jsou nastíněny dvě varianty volnočasového centra pro seniory - užší se značně omezeným programem a širší s různorodou nabídkou volnočasových služeb.

V případě vyvíjení snah o zavedení volnočasového centra je možno jít dvěma směry. Za prvé by bylo možné využít kapacity stávajících klubů důchodců. Tato alternativa by spočívala vlastně v transformaci klubů důchodců na modernější, vybavenější a flexibilnější variantu center pro volný čas. Samozřejmě aby mohly být zajištěny některé činnosti, které se ve výzkumu ukázaly ze strany seniorů jakou žádoucí, bylo by nutné pořídit

další vybavení prostor. Jednalo by se například o promítací zařízení pro sledování filmů, hudební nástroje, pomůcky pro vaření a trénování paměti, tedy o položky, jejich pořizovací cena nemusí nutně šplhat do závratných výšek. Další aktivity, jako je například tanec, cvičení či práce na zahradě, by mohly být organizovány volnočasovým centrem, avšak zajišťovány v jiných prostorách.

Druhou variantou je zřízení zcela nového volnočasového centra. Nepopíratelnou výhodou zde je skutečnost, že by bylo možné vybrat vyhovující prostory, například v budově se zahradou. Nevýhodou naopak, že tento krok je značně finančně náročný a vyžaduje více angažovanosti a úsilí.

Samotný program by pak byl zajišťován podle možností personálního i technického vybavení. Pakliže by se podařilo získat dostatek vhodných dobrovolníků z řad seniorů nebo i jiných věkových kategorií, bylo by možné poskytovat větší rozsah volnočasových aktivit. Počet dnů i hodin v nich, kdy by centrum bylo seniorům otevřeno, by pak záviselo na těchto možnostech a na přání samotných klientů.

Tvorba a zavedení nového volnočasového centra pro seniory se však může setkat s řadou překážek od nezájmu představitelů veřejné správy o jeho podporu až po negativní reakce samotných seniorů. Ti mohou být například organizování prostřednictvím jiných struktur a vznik nového zařízení ve městě mohou chápat jako ohrožení. V současné době neexistuje právní předpis, který by kohokoli zavazoval k založení a udržení fungování takových center. Jejich vznik bude tedy vždy založen na iniciativě osob, které se rozhodnou reflektovat potřeby současných seniorů, a přispějí tak výrazně ke kvalitě jejich života.

Použitá literatura:

- Alan, J.: *Etapy života očima sociologie*. Praha, Panorama 1989. ISBN 80-7038-044-6
- Allen, J. G., Tobias, G., Haslam - Hopwood, G.: The value of social contacts. *Psychiatry*, 2005, č. 3, s. 214-220
- Auld, C. J., Case, A. J.: Social exchange processes in leisure and non-leisure settings: a review and exploratory investigation. *Journal of Leisure Research*, 1997, č. 2, s. 183-200
- Batson, C. D., Ahmad, N., Tsang, J.-A.: Four motives for community involvement. *Journal of Social Issues*, 2002, č. 3, s. 429-445
- Blieszner, R., Adams, R.: Problems with friends in old age. *Journal of Aging Studies*, 1998, č. 3,
- Berg, A. I., Hassing, L. B., McClearn, G. E., Johansson, B.: What matters for life satisfaction in the oldest-old?. *Aging and Mental Health*, 2006, č. 3, s. 257-264
- Bromley, D. B.: *The psychology of human ageing*. Harmondsworth, Penguin Books 1966. ISBN neuvedeno
- Coleman, D.: Leisure based social support, leisure dispositions and health. *Journal of Leisure Research*, 1993, č. 4, s. 350-361
- Coleman, D., Iso-Ahola, S. E.: Leisure and health: the role of social support and self-determination. *Journal of Leisure Research*, 1993, č. 2, s. 111-128
- Čornaničová, R.: Kvalita života v senu. In Sýkorová, D., Chytil, O. (eds.): *Autonomie ve stáří, strategie jejího zachování*. Ostrava, Zdravotně sociální fakulta Ostravské univerzity v Ostravě a Albert Boskovice 2004. ISBN 80-7326-026-3, s. 143-153
- Donlon, M. M., Ashman, O., Levy, B. R.: Re-vision of older television characters: a stereotype-awareness intervention. *Journal of Social Issues*, 2005, č. 2, s. 307-319
- Frič, P. a kol.: *Dárcovství a dobrovolnictví v České republice - Výsledky výzkumu NROS a AGNES*. Praha, NROS a AGNES 2001. ISBN 80-902633-7-2

Hagestad, G. O., Uhlenberg, P.: The social separation of old and young: a root of ageism. *Journal of Social Issues*, 2005, č. 2, s. 343-360

Hartl, P.: *Psychologický slovník*. Praha, Nakladatelství Budka 1994. ISBN 80-90 15 49-0-5

Haškovcová, H.: *Fenomén stáří*. Praha, Panorama 1990. ISBN 80-7038-158-2

Haškovcová, H.: Psychologie starého člověka. In Jedlička, V. a kol.: *Praktická gerontologie*. Brno, Institut pro další vzdělávání pracovníků ve zdravotnictví v Brně 1991. ISBN 80-7013-109-8,

Havránková, O.: Téma smrti a umírání. In. Vodáčková, D. a kol.: *Krizová intervence*. Praha, Portál 2002. ISBN 80-7178-696-9, s. 305-313

Heřmanová, V.: *Kapitoly z vývojové psychologie (adulto a gerontopsychologie pro sociální asistenty)*. Ústí nad Labem, PF UJEP Ústí nad Labem 2004. ISBN 80-7044-602-1

Higgs, P., Hyde, M., Wiggins, R., Blane, D.: Researching quality of life in early old age: The importance of sociological dimension. *Social Policy and Administration*, 2003, č.3, s. 239-352

Hodinková, K.: *Dobrovolnictví seniorů jako cesta k aktivnímu stáří - Možnosti uplatnění seniorů dobrovolníků v Libereckém kraji* (diplomová práce, Katedra sociální práce FF UK Praha). 2007

Houle, B. J., Sagarin, B. J., Kaplan, M. F.: A functional approach to volunteerism: Do volunteer motives predict task preference?. *Basic and Applied Social Psychology*, 2005, č. 4, s. 337-344

Hrůza, Z.: *Věda o stárnutí*. Praha, Academia - nakladatelství Československé akademie věd 1966. ISBN neuvedeno

Iso-Ahola, S. E., Jackson, E.: Starting, ceasing, and replacing leisure activities over the life-span. *Journal of Leisure Research*, 1994, č. 3, s. 227-249

Iso-Ahola, S. E., Park, C. J.: Leisure-related social support and self-determination as buffers of stress-illness relationship. *Journal of Leisure Research*, 1996, č. 3, s. 169-187

Janečková, H., Kalvach, Z., Holmerová, I.: Programování aktivit, motivování, akceptování a kognitivní rehabilitace. In Kalvach, Z., Zadák, Z., Jiráček, R., Zavázalová, H., Sucharda, P. a kol.: *Geriatric a gerontologie*. Praha, Grada Publishing 2004. ISBN 80 247-0548-6

Janečková, H.: Sociální práce se starými lidmi. In Matoušek, O., Kolářková, J., Kodymová, P. (eds.): *Sociální práce v praxi: specifika různých cílových skupin a práce s nimi*. Praha, Portál 2005. ISBN 80-7367-002-X, s. 163-194

Kaye, L. W., Butler, S. S., Webster, N. M.: Toward a productive ageing paradigm for geriatric practice. *Ageing International*, 2003, č. 2, s. 200-213

Koldinská, K. Legislativní zakotvení sociálních služeb v ČR. In Matoušek, O. a kol.: *Sociální služby: legislativa, ekonomika, plánování, hodnocení*. Praha, Portál 2007a. ISBN 978-80-7367-310-9, s. 35-51

Koldinská, K.: *Sociální právo*. Praha, C. H. Beck 2007. ISBN 978-80-7179-620-6

Krebs, V. Otevřená metoda koordinace a důchodové systémy v Evropě, *Národní pojištění*, 2004, č. 3

Kuchařová, V.: Život ve stáří - Zpráva o výsledcích empirického šetření. Praha, VÚPSV 2002

Lampinen, P., Heikkinen, R.-L., Kauppinen, M., Heikkinen, E.: Activity as a predictor of mental well-being among older adults. *Aging and Mental Health*, 2006, č.10, s. 454-466

Lang, F. R., Baltes, M. M.: Being with people and being alone in later life: Cost and benefits for everyday functioning. *International Journal of Behavioral Development*. 1997, č. 4, s. 729-746

Langmeier, J., Krejčířová, D.: *Vývojová psychologie*. Praha, Grada Publishing 1998. ISBN 80-7169-195-X

Langmeier, J., Matějček, Z.: *Člověk známý neznámý - kapitoly z praktické psychologie*. Praha, Mladá Fronta 1959. ISBN neuvedeno

Matoušek, O.: Dobrovolnická práce. In Matoušek, O. a kol.: *Metody a řízení sociální práce*. Praha, Portál 2003d. ISBN 80-7178-548-2, s. 61-63

Matoušek, O., Hartl, P.: Nároky sociální práce a syndrom vyhoření. In Matoušek, O. a kol.: *Metody a řízení sociální práce*. Praha, Portál 2003. ISBN 80-7178-548-2, s. 51-60

Matoušek, O.: Práce s rodinou. In. Matoušek, O. a kol.: *Metody a řízení sociální práce*. Praha, Portál 2003a. ISBN 80-7178-548-2, s. 181-200

Matoušek, O.: *Rodina jako instituce a vztahová síť*. Praha, SLON 2003c. ISBN 80-86429-19-9

Matoušek, O.: *Slovník sociální práce*. Praha, Portál 2003b. ISBN 80-7178-549-0

Matoušek, O.: Očekávatelný vývoj sociálních služeb. In. Matoušek, O. a kol.: *Sociální služby: legislativa, ekonomika, plánování, hodnocení*. Praha, Portál 2007b. ISBN 978-80-7367-310-9, s. 173-177

Matoušek, O.: Typologie sociálních služeb podle cílových skupin. In. Matoušek, O. a kol.: *Sociální služby: legislativa, ekonomika, plánování, hodnocení*. Praha, Portál 2007a. ISBN 978-80-7367-310-9, s. 79-106

Matýsková, D.: Nedobrovolná ztráta autonomie u seniorů. In Sýkorová, D., Chytil, O. (eds.): *Autonomie ve stáří, strategie jejího zachování*. Ostrava, Zdravotně sociální fakulta Ostravské univerzity v Ostravě a Albert Boskovice 2004. ISBN 80-7326-026-3, s. 46-52

Michalík, J.: *Smluvní vztahy v sociálních službách*. Olomouc, VCI ZP - sekce vzdělávání 2008. ISBN 80-903658-1-7

Nelson, T. D.: Ageism: prejudice against our feared future self. *Journal of Social Issues*, 2005, č.2, s. 207-221

Neugarten, B. L., Hagestad, G. O: Age and the life course. In Binstock, R. H., Shanas, E. (eds.): *Handbook of aging and the social sciences*. New York, Van Nostrand Reinhold Company 1976. ISBN 0-442-20798-0, s. 35-55

Obdivuhodní senioři - Průzkum na téma Senioři ve společnosti, Průvodce projektem. Ústí nad Labem, Dobrovolnické centrum o. s. 2005

Pacovský, V.: *Proti věku není léku? Úvahy o stárnutí a stáří*. Praha, Karolinum 1997. ISBN 80 7184-486-1

Pacovský, V., Heřmanová, H.: *Gerontologie*. Praha, Avicenum 1981. ISBN neuvedeno

Pichaud, C., Thareauová, I.: *Soužití se staršími lidmi*. Praha, Portál 1998. ISBN 80-7178-184-3

Příhoda, V.: *Ontogeneze lidské psychiky IV*. Praha, Státní pedagogické nakladatelství 1974. ISBN neuvedeno

Radová, P.: *Potřeba volnočasového centra pro seniory a možnosti využití seniorů jako dobrovolníků - Průzkum ve městě Jihlava* (diplomová práce, Katedra sociální práce FF UK Praha). 2008

Radová, P.: Využití zájmových organizací pro seniory. *Sociální práce/Sociálna práca*, 2007, č. 4, s. 111-116

Rheinwaldová, E.: *Novodobá péče o seniory*. Praha, Grada Publishing 1999. ISBN 80-7169-828-8

Říčan, P.: *Cesta životem*. Praha, Panorama 1989. ISBN 80-7038-078-0

Slovník spisovné češtiny pro školu a veřejnost. Praha, Academia 2000. ISBN 80-200-0493-9

Srnc, J.: Psychologie stárnutí. In Wolf, J. a kol.: *Umění žít a stárnout*. Praha, Nakladatelství Svoboda 1982. ISBN neuvedeno

Sýkorová, D.: Autonomie očima seniorů. In Sýkorová, D., Chytil, O. (eds.): *Autonomie ve stáří, strategie jejího zachování*. Ostrava, Zdravotně sociální fakulta Ostravské univerzity v Ostravě a Albert Boskovice 2004a. ISBN 80-7326-026-3, s. 93-122

Sýkorová, D.: *Autonomie ve stáří - kapitoly z gerontosociologie*. Praha, Sociologické nakladatelství 2007. ISBN 978-80-86429-62-5

Sýkorová, D.: K sociálním sítím seniorů: Senioři v rodině. *Sociální práce/Sociálna práca*, 2004b, č. 2, s. 73-84

Sýkorová, D.: *Prázdné hnízdo - šance nebo břemeno?*. Olomouc, Vydavatelství Univerzity Palackého 1996. ISBN 80-7067-622-1

Selner, I.: Úloha rodiny v péči o seniory - realita a prognózy. *Sociální práce/Sociálna práca*, 2004, č. 2, s. 12-20

Šmausová, G.: Věková struktura společnosti. In Sýkorová, D., Chytil, O. (eds.): *Autonomie ve stáří, strategie jejího zachování*. Ostrava, Zdravotně sociální fakulta Ostravské univerzity v Ostravě a Albert Boskovice 2004. ISBN 80-7326-026-3, s. 13-28

Šolcová, I., Kebza, V.: Prediktory osobní pohody (well-being) u reprezentativního souboru české populace. *Československá Psychologie*, 2005, č. 1, s. 1-9

Šrein, Z.: *Mechanismy hospodářské politiky Evropské unie*. Praha, Vysoká Škola Ekonomická v Praze, Fakulta národohospodářská 1999. ISBN 80-7079-946-3

Tiikkainen, P., Heikkinen, R. L.: Associations between loneliness, depressive symptoms and perceived togetherness in older people. *Aging and Mental Health*, 2005, č. 9, s. 526-534

Tomeš, I.: *Sociální politika - teorie a mezinárodní zkušenost*. Praha, Socioklub 2001. ISBN 80-86484-00-9

Tomeš, I. a kol.: *Sociální správa*. Praha, Portál 2002. ISBN 80-7178-560-1

Tomeš, I., Koldinská, K.: *Sociální právo Evropské unie*. Praha, C. H. Beck 2003. ISBN 80-7179-831-2

Tomeš, I.: *Zabezpečení starých osob v Evropě*. Praha, Academia 1971

Tošner, J., Sozanská, O.: *Dobrovolníci a metodika práce s nimi v organizacích*. Praha, Portál 2002. ISBN 80-7178-514-8

Tošnerová, T.: *Ageismus - průvodce stereotypy a mýty o stáří*. Praha, Ambulance pro poruchy paměti a Ústav lékařské etiky 3. LF UK a FNKV 2002

Trpišovská, D., Vacínová, M.: *Ontogenetická psychologie*. Ústí nad Labem, Univerzita J. E. Purkyně v Ústí nad Labem 2006. ISBN 80-7044-792-3

Tunstall, J.: *Old and alone - A sociological study of old people*. London, Routledge and Kegan Paul 1966. ISBN neuvedeno

Tvaroh, F.: *Všichni stárneme*. Praha, Avicenum 1971. ISBN neuvedeno

Vágnerová, M.: *Vývojová psychologie - dětství, dospělost, stáří*. Praha, Portál 2000. ISBN 80-7178-308-0

Vohralíková, L., Rabušic, L.: *Čeští senioři včera, dnes a zítra*. Brno, VÚPSV 2004

Warr, P., Butcher, V., Robertson, I.: Activity and psychological well-being in older people. *Aging and Mental Health*, 2004, č.8, s. 172-183

Weber, P. a kol.: *Minimum z klinické gerontologie pro lékaře a sestru v ambulanci*. Brno, Institut pro další vzdělávání pracovníků ve zdravotnictví v Brně 2000. ISBN 80-7013-314-7

Wenger, G. C.: Social networks and the prediction of elderly people at risk. *Aging and Mental Health*, 1997, č. 4, s. 311-320

Wilson, J.: Volunteering. *Annual Review of Sociology*, 2000, č. 1, s. 215-240

Zavázalová, H. a kol.: *Vybrané kapitoly ze sociální gerontologie*. Praha, Karolinum 2001. ISBN 80-246-0326-8

Zavázalová, H., Zikmundová, K., Zaremba, V., Jurašková, B., Holmerová, I.: Stárnout aktivně v 21. století - jak v předdůchodovém věku. *Česká Geriatrická Revue*, 2007, č. 5, s. 241-246

Zich, F.: *Co s volným časem?*. Praha, Pressfoto - vydavatelství ČTK 1978. ISBN neuvedeno

Zich, F.: *Úvod do sociologického výzkumu*. Praha, EUPRESS 2004.

Noviny:

Některé důležité údaje (platnost k 1. červnu 2008). *Práce a sociální politika*, 12.6.2008, č. 6, s. 7

Právní předpisy:

Zákon č. 40/1964 Sb., občanský zákoník

Zákon č. 83/1990 Sb., o sdružování občanů

Zákon č. 155/1995 Sb., o důchodovém pojištění

Zákon č. 248/1995 Sb., o obecně prospěšných společnostech

Zákon č. 3/2002 Sb., o svobodě náboženského vyznání a postavení církví a náboženských společností

Zákon č. 198/2002 Sb., o dobrovolnické službě a o změně některých zákonů

Zákon č. 435/2004 Sb., o zaměstnanosti

Zákon č. 108/2006 Sb., o sociálních službách

Zákon 111/2006 Sb., o pomoci v hmotné nouzi

Vyhláška Ministerstva práce a sociálních věcí č. 505/2006 Sb.

Internetové zdroje:

Český statistický úřad, informace o velikosti měst podle počtu obyvatel, e-mail ze dne 27. 5. 2009

www.almage.org

www.centersforseniors.org

www.czso.cz

www.helcom.cz

www.mpsv.cz

www.seniorcentrum.ipardubice.cz

www.un.org

www.vlada.cz

www.who.int

Další zdroje:

Materiály Dobrovolnického centra o. s., Ústí nad Labem, 2008